***Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение***

***Ужурский детский сад №3 «Журавлёнок»***

***Алексеева Анна Сергеевна***

***педагог-психолог***

***Мастер – класс***

***Тема: «РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ В ДОУ»***

**Цель:** показать важность эмоциональной готовности детей к общению с окружающим миром, обучение педагогов методам развития положительных и преодоление негативных эмоций детей.

**Задачи:**

1. Установить эмоциональный контакт между всеми участниками.
2. Дать определение понятия эмоции.
3. Научить понимать эмоциональное состояние детей.
4. Познакомить участников мастер-класса с опытом работы по применению игровых технологий.

**Материал:** бумага белая, цветные карандаши, фломастеры, стикеры.

**Теоретическая часть.**

*Все люди без исключения, попадая в какие-либо жизненные ситуации, испытывают разнообразные эмоции – веселье, печаль, злость, удивления, брезгливость, сочувствия, восторг и т.д. Но всегда ли искренни, правдивы и настоящие эти эмоции? Взрослые люди хорошо владеют своими эмоциями, пряча свои чувства под маской. А дети? Они естественны и непосредственны в своём поведении. Они не могут скрывать свои чувства и эмоции так, как это делает взрослый человек. Ребёнок искренне переживает успехи и неудачи, которые происходят в его жизни. Так что же нужно сделать нам, взрослым, для того, чтобы в наших детях вызвать подлинность и открытость чувств, их эмоциональных проявлений.*

*Учитывая то, что сама по себе эмоциональная сфера не складывается — ее необходимо развивать. Современные дети стали меньше контактировать со взрослыми и сверстниками, а всё большее предпочтение отдают телевизорам и компьютерам (телефонам). А ведь далеко не секрет, что именно общение по большей части обогащает эмоциональную составляющую. Дети разучились понимать эмоции и чувства других людей, в их поведении присутствует детская жестокость, враждебность, агрессия.*

**Развитие положительных эмоций необходимо рассматривать как одно из важнейших задач воспитания детей.** Это особенно актуально в период дошкольного детства – который является одним из самых важных этапов в жизни маленького человека.

Определяющей задачей в воспитании и развитии детей представляется создание условий, гарантирующих формирование и укрепление их здоровья.

Одним из компонентов здоровья человека в целом выделяют психологическое здоровье.

Общий образ психологически здорового человека — это в основном счастливый, созидательный, креативный, жизнерадостный, оптимистичный, веселый, открытый человек, познающий себя и окружающую действительность не только разумом, но и чувствами, эмоциями, интуицией. Жизнь такого человека наполнена смыслом, он открыт миру, находится в постоянном развитии, самосовершенствовании.

Обеспечение психологического здоровья в дошкольном возрасте возможно с помощью реализации психологической поддержки детей.

**Работа с детьми по формированию психологического здоровья:**

***1.****Овладение детьми языком эмоций: мимика, пантомимика, закрепление положительных эмоций.*

***2.****Коррекция агрессивности: коррекция драчливости, снятие конфликтности в общении детей, снятие вербальной агрессии, преодоление импульсивности.*

***3.****Формирование у дошкольников уверенности в себе, адекватной положительной самооценки, снятие тревожности, коррекция страхов.*

***4.****Формирование социальных навыков у ребенка: развитие умения понимать и принимать позицию другого человека, овладение коммуникативными навыками, развитие эмпатии и дружеских взаимоотношений.*

***5.****Формирование у дошкольников нравственного сознания и поведения, ценностного отношения к моральной стороне поступков, конструктивно общаться со сверстниками. Развитие взаимопонимания и заботливого отношения к близким людям.*

**Практическая часть.**

 *Поведение ребёнка, процесс развития его эмоционального мира является серьёзным признаком в осознании мира маленького человечка и говорит о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития. Поэтому педагогам, воспитателям, родителям необходимо всегда налаживать близкие эмоциональные отношения с детьми.*

*- Давайте представим, уважаемые педагоги, что мы ненадолго станем детьми и находимся в своём любимом детском саду.*

***Приветствие.***

*Эмоции - это необыкновенный набор чувств, ощущений, переживаний, благодаря которым ребенок взаимодействует с окружающей действительностью, параллельно понимая и осознавая её. Эмоции являются важнейшей частью психической жизни человека, и прежде всего ребенка.*

*Все эмоции подразделяются на два вида: положительные и отрицательные.*

 *Все люди – существа эмоциональные. Но дети, по мере их небогатого жизненного опыта, могут намного ярче отображать свои эмоциональные проявления. Вследствие этого мы можем наблюдать отношение ребёнка к окружающей действительности, событиям, людям. Дети не способны прятать своих чувства и эмоций. У детей происходят серьёзные преобразования в эмоциональной сфере, меняются взгляды на мир и взаимоотношения с окружающими людьми. Ребёнок ярко и естественно отзывается на все, что происходит вокруг него.*

*Старшие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать свои чувства, являющиеся своеобразным индикатором наиболее значимых потребностей. Наши дети познают мир через яркие образы, конкретно и наглядно. А многие свойства обычных на взгляд взрослого вещей, которые давно для него стали привычны и понятны, на маленького человечка могут произвести самое неожиданное впечатление.*

*Как же мы можем подействовать на развитие эмоций у детей? Самый действенный приём – это игры. Поэтому я предлагаю вам обратить внимание на игровые технологии. Но сначала хотелось бы вспомнить, какие эмоции мы знаем.*

***1. Игра «Угадай-ка!»***

***2. Пособие «Весёлый светофор»***

***3. Игра «Ролевая гимнастика»***

***4. Игра «Создание рисунка по кругу»***

 *Положительные эмоции надёжно защищают детей от умственных перегрузок и приносят только пользу, как для физического, так и для психического развития. Педагогам необходимо уметь предотвращать появление и формирование негативных эмоций у детей. Самая негативная эмоция – это страх. Страх можно победить 2-мя способами: сделать его смешным или довести ситуацию до абсурда. Имеющиеся страхи вызывают такие нарушения как тики, навязчивые движения, заикание, плохой сон, раздражительность, агрессия, плохой контакт с окружающими, дефицит внимания и т.д.*

*- Назовите самые распространенные детские страхи (страх темноты, ночных кошмаров, одиночества, сказочных персонажей, чудовищ, привидений, смерти, боязнь хулиганов, войны, катастроф, уколов, боли, врачей и т. д.)*

*- Страхам и фобиям в основном склонны впечатлительные, восприимчивые, ранимые, обладающие большим самолюбием дети. В первую очередь нам нужно определить фактор, из-за которого у ребёнка появился данный страх. Как вы думаете, из-за чего, по какой причине может проявиться детский страх? (гиперопека; обособленность родителей; конфликты в семье; отсутствие одного из родителей; суровые наказания и запреты; жесткое обращение и физическое насилие; компьютерные игры; бесконтрольный просмотр телевизионных программ и фильмов; сильный испуг (особенно в ситуации внезапности); пребывание в экстремальной ситуации (пожары, наводнения, землетрясения, теракты и т. д.).*

*- Я хочу предложить вашему вниманию несколько вариантов работы, чтобы помочь ребенку в преодолении проявившиеся у них страхов. Все эти упражнения базируются на приёмах художественной деятельности с применением разнообразных материалов, с помощью которых ребёнок способен преодолеть свой страх и различные эмоциональные расстройства.*

***Упражнение «Воспитай свой страх»***

***Упражнение «Одень страшилку»***

*Печаль и грусть – это особые эмоции, которые основываются на различных трудных ситуациях, с которыми встречаются люди изо дня в день. – Из-за чего ребёнок может печалиться?*

 *- В дошкольном возрасте у детей часто изменчиво настроение. Хотя негативные переживания непродолжительны, они захватывают ребенка полностью, с чем бывает трудно справиться в одиночку. Выйти из этого состояния может помочь педагог. Иногда достаточно просто беседы, а иногда нет.*

1. ***Игра «Настроение»***
2. ***Игра******«Волшебный стул»***
3. ***Игра «Сказочный герой»***

*Маленькие дети не всегда способны выразить своё эмоциональное состояние. Для того, чтобы помочь ребёнку избавиться от гнева, хорошо использовать игровые приёмы.*

1. ***Игра «Мешочек для крика»****,* ***«Стаканчик для крика»***
2. ***Игра «Подушка для битья»***
3. ***Пособие – «Коврик злости»***

*Как вы думаете, для чего люди используют мусорное ведро и зачем нужно всё время очищать его от мусора? Правильно, если мы не будем избавляться от мусора, то он постепенно займёт все пространство, будет трудно дышать, тяжело будет двигаться, можно и заболеть. То же происходит и с чувствами – у всех нас накапливаются разные негативные чувства и мысли, которые зачастую бывают ненужными и бесполезными, что может быть опасно для здоровья.*

***Игра: «Мусорное ведро»***

***Обратная связь.***

В заключение нашего мастер-класса, каждый из вас, на стикере, нарисует фломастером ту эмоцию, которую вы получили от нашего занятия.

*«Улыбка на лице, как много это значит,*

 *когда смеются все, когда никто не плачет»*

*До свидания, до новых встреч!*