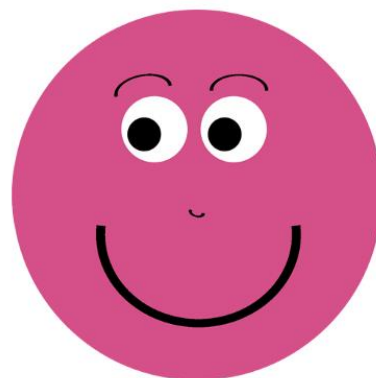
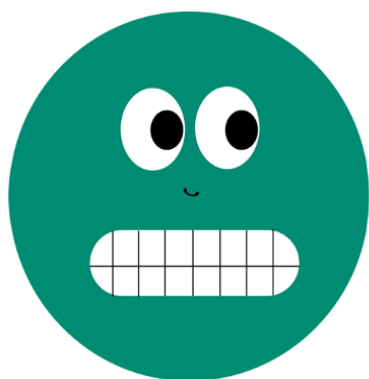


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида №11 «Теремок» посёлка Псебай  
муниципального образования Мостовский район



**Методическое пособие**  
**«Игры для развития эмоциональной сферы детей**  
**дошкольного возраста (3 – 7 лет)**  
**«Эмоция и чувства»**



Автор:  
Еремкина Наталья,  
педагог – психолог

Методическая разработка по развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста 3-7 лет «Эмоции и чувства»/ Н.А. Еремкина – Мостовской район, 2024 –16с.

В данной методической разработке автор представил подробное описание дидактических игр с детьми дошкольного возраста, которые помогут детям безошибочно различать собственные эмоции и эмоции других людей, использовать эмоции для повышения эффективности мыслительной деятельности, понимать значение эмоций, управлять собственными эмоциями.

Также в данном пособии представлены рекомендации воспитателям и родителям по развитию эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста.

Пособие предназначено педагогическим работникам дошкольных организаций (воспитателям, психологам, дефектологам и другим специалистам), родителям детей дошкольного возраста.

## Содержание:

1. Пояснительная записка.....	4-6 стр.
2. Дидактические игры по развитию эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста.....	7 стр.
2.1. «Кубик эмоций».....	7-8 стр.
2.2. «Капелька настроения».....	8-9 стр.
2.3. «Сказочные куклы» .....	9 стр.
2.4. «Смешарики».....	10 стр.
2.5. «Маски».....	11 стр.
2.6. «Зеркальный кубик».....	12 стр.
3. Рекомендации педагогам для развития эмоционально - волевой сферы у детей дошкольного возраста.....	13-14 стр.
4. Общие рекомендации по развитию и стабилизации эмоционально-волевой сферы у детей с ограниченными возможностями.....	14-15 стр.
5. Заключение .....	15 стр.
6. Литература .....	16 стр.
7. Использование Интернет - источников.....	16 стр.

## Пояснительная записка

### Актуальность

В дошкольном периоде детства происходит интенсивное эмоциональное развитие. На данном этапе у ребенка усложняются знания об эмоциях человека, совершенствуется эмоциональная саморегуляция, по выражению лица, жестам, интонации, позе, дети хорошо начинают понимать окружающих людей.

Однако, в последние годы увеличивается число детей с нарушениями психоэмоционального развития. К типичным симптомам этих нарушений у дошкольников относятся эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность, тревожность и т.д., что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром.

Мы хорошо знаем, что развитие ребенка теснейшим образом взаимосвязано с особенностями мира его чувств и переживаний. Эмоции, с одной стороны, являются «индикатором» состояния ребенка, с другой — самым существенным образом влияют на его познавательные процессы и поведение, определяя направленность его внимания, особенности восприятия окружающего мира, логику суждений. Опыт работы с дошкольниками показывает, что начинать знакомить детей с чувствами и эмоциями можно с трёхлетнего возраста. Дети усваивают необходимые понятия, их словарный запас пополняется за счёт слов, обозначающих эмоции, хотя само слово «эмоция» не вводится, оно заменяется более доступным для детей этого возраста словом «настроение».

Дошкольный возраст - благоприятный период для организации работы по эмоциональному развитию детей. Ребенок дошкольник впечатлителен, открыт для усвоения социальных и культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей. У него ярко прослеживается неотделимость эмоций от процессов восприятия, мышления, воображения. Эмоции – это своеобразный калейдоскоп впечатлений и переживаний, с помощью которых ребёнок взаимодействует с окружающим миром, познаёт его. Они важны для социального и нравственного развития детей. С целью развития эмоциональной сферы у детей составлена методическая разработка.

Методическая разработка «Эмоции и чувства» содержит в себе шесть дидактических игр, рекомендации педагогам и родителям по развитию эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста.

**Цель данной разработки:** развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста.

**Задачи:**

- умение определять свои чувства и признавать (принимать) их;
- умение контролировать свои аффективные импульсы;
- умение эффективно общаться с другими людьми, находить общие точки соприкосновения;
- способность использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;
- способность распознавать и принимать чувства других людей.
- дать представление о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слова).

Методическая разработка предназначена для детей дошкольного возраста 3 - 7 лет.

Может применяться в индивидуальной работе или в малых подгруппах (2 - 4 ребёнка).

Перед применением игрового пособия педагог – психолог знакомит детей с эмоциями и их характеристиками на подгрупповых и групповых занятиях.

Дидактические игры применяется в коррекционно–развивающей индивидуальной и подгрупповой работе с дошкольниками педагогом-психологом, и в совместной деятельности воспитателя с детьми.

Работа по методической разработке организуется в форме игровых упражнений или заданий.

Каждое игровое упражнение должно сопровождаться активным общением с ребёнком, уточнением его мнения, его выбора, обсуждением результатов выполнения игрового задания.

**Методическая разработка по развитию эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста «Эмоции и чувства» помогает реализовать принципы ФГОС:**

- *насыщенность* – наличие различных игровых материалов и вспомогательных деталей для игровой активности детей;
- *вариативность* – наличие разнообразных дидактических материалов для игровых упражнений и заданий, возможность применения одного игрового пособия в нескольких вариантах;
- *трансформируемость* – возможность «перетекания» дидактических материалов, пособий из одного вида деятельности в другой в зависимости от образовательной задачи;

- *доступность* – доступность дидактических задач для детей дошкольного возраста от 3 до 7 лет.

Психолого-педагогическая работа с применением данной разработки:

- поможет обогатить эмоциональный опыт дошкольника;
- научит правильно понимать эмоциональных состояние человека, что очень важно для формирования адекватных межличностных отношений;
- обогатит опыт ребёнка в овладении собственными эмоциями, их регуляции и воздействий на окружающих;
- будет способствовать лучшему пониманию художественной литературы и театральных постановок, что в свою очередь, обогащает знания детей о мире чувств;
- научит детей выражать в речи свои эмоциональные состояния и чувства.

### **Возможные трудности при использовании материала.**

Знакомство с эмоциями человека происходит постепенно. Младшим дошкольникам доступны для понимания только несколько эмоций (радость, грусть, злость, удивление), а старшие дошкольники способны понять весь спектр эмоций.

Поэтому, выбирая дидактические игры и задания к ним, следует учитывать эту особенность и опираться на уровень развития детей и их индивидуальные особенности.

Для эффективности использования, педагогу следует иметь под рукой таблицу с пиктограммами и эмоциями с надписями названий эмоций.

Использование дидактических игр из данной методической разработки по развитию эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста 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 и специалистами в своей практике, а также родителями.

## 2. Дидактические игры по развитию эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста

### «Кубик эмоций»

**Цель:** создание условий для развития у детей эмоциональной сферы.

#### **Задачи:**

- расширение представлений у детей о различных эмоциональных состояниях человека;
- развитие эмпатии, умения распознавать эмоции другого человека, сопереживать;
- формирование умения распознавать эмоции по схематическому изображению, соотносить схематическое и реальное изображение эмоций;
- развитие творческого воображения, речи.

**Возрастная категория:** 3 -7 лет.

**Материалы:** пластмассовый кубик, на гранях которого изображены смайлики - символы настроения:

- удивленное
- спокойное,
- грустное,
- радостное,
- сердитое,
- печальное,



#### **Варианты игры:**

##### 1.«Покажи настроение».

Дети по очереди бросают кубик и показывают эмоцию, которая изображена на выпавшей стороне.

##### 2.«Угадай настроение».

Один ребенок изображает в жестах и мимике эмоцию на кубике, а другие дети угадывают ее, затем картинка на кубике показывается остальным.



### 3.«Моё настроение».

Вспоминаем и рассказываем ситуации из жизни, когда испытывали те же эмоции, что на кубике.

### 4.«Какое настроение?» (с 6 лет).

Подбираем ряд слов, близких по значению к выпавшей эмоции, и придумываем с ними предложения.

### «Капелька настроения»

**Цель:** развитие эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.

#### **Задачи:**

- знакомство с основными эмоциями;
- обучение основам мимики, пантомимики;
- развитие умения понимать свое настроение;
- развитие коммуникативных навыков;
- расширение словарного запаса в области чувств и эмоций.

**Возрастная категория:** от 3-х лет.

**Материалы:** капельки, сделанные из цветного картона с нарисованными основными эмоциями, маленькие деревянные прищепки, фотографии детей.

#### **Варианты игры:**

##### 1.«Какое у тебя настроение?»

Педагог проговаривает эмоцию каждой капельки. Ребёнок знакомится с настроением капельки, затем выбирает свое настроение и





прикрепляет прищепку со своей фотографией к капельке, у которой такое же настроение.

## 2. «Раз, два, три ... Настроение, замри!»

Показать ребятам капельки с изображением разного настроения (грусть, обида, радость, злость и т. п.). Ребята по команде: «Раз, два, три ... Настроение, замри!» изображают на лице определенное настроение.

## 3. «Попугай»

Педагог говорит любое короткое предложение, например «Я иду гулять» с определенным чувством, а дети по очереди должны повторить его и угадать, с каким чувством сказано это предложение (радостно, грустно, вопросительно, с досадой, испугано, со злостью, спокойно).

### «Сказочные куклы»

**Цель:** умение понимать эмоциональное состояние окружающих.

#### **Задачи:**

- знакомиться с названиями и характерными внешними чертами основных эмоций: радость, злость, удивление, страх, обида, грусть;
- учиться демонстрировать эмоции мимикой и пантомимикой;
- учиться узнавать и понимать эмоции других людей, оценивать их.

**Возрастная категория:** 5 – 7 лет

**Материалы:** куклы, сделанные на картонной основе из цветной гофрированной бумаги с эмоциями на лице (радость, грусть, злость).

#### **Правила игры.**

С помощью «сказочных кукол» дети путешествуют и переносятся в страну Настроений, выполняют задания,



распознают их эмоциональное состояние. При помощи мимики и пантомимики выражают эмоции «сказочных кукол».

### «Смешарики»

**Цель:** умение распознавать эмоциональное состояние сказочных героев.

#### Задачи:

- упражнять в определении базовых эмоций;
- формировать умения и навыки практического владения выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой – средствами человеческого общения;
- развивать активный словарь понятий обозначающих эмоции, воображение;
- составлять рассказы о сказочных героях.

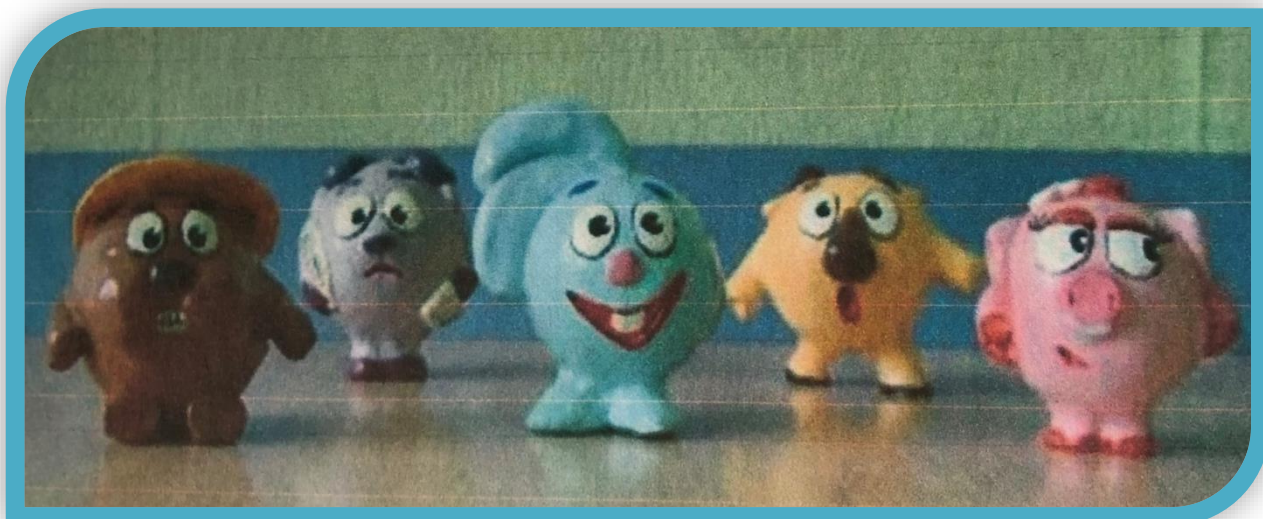


**Возрастная категория:** 4-7 лет.

**Материалы:** сказочные герои из мультфильма «Смешарики», сделанные из гипса, раскрашенные художественными красками, с разными эмоциями.

#### Правила игры:

Детям показывают сказочных героев «Смешарики». Они должны назвать различные эмоциональные состояния присуще каждому герою, уметь изображать их при помощи мимики, рисования. Составить рассказ о сказочном герою и проиграть его.



## «Маски»

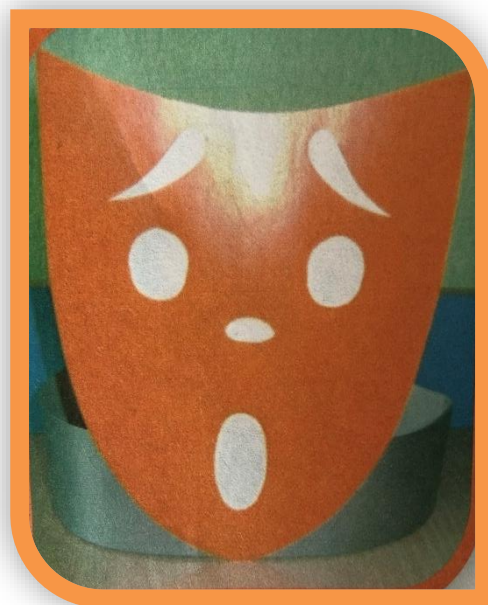
**Цель:** развивать способность определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям.

### **Задачи:**

- развивать способности описывать мимику окружающих при изображении эмоций;

-

развивать умение распознавать эмоциональное проявление других людей по мимике и понимать свое эмоциональное состояние и состояние окружающих.



**Возрастная категория:** 5-7 лет.

**Материалы:** маски из цветного картона, на которых изображены разные эмоции (радость, грусть, удивление, злость, страх, вина).

### **Правила игры.**

На одного из детей, который встает перед остальными, на голову одевается маска с настроением, но ребенок не знает, что это за маска. Чтобы догадаться, какое настроение у маски, нужно у кого-то из детей спросить об особенностях положения бровей, губ, глаз. Когда настроение будет угадано, водящим становится тот ребенок, который отвечал на вопросы.

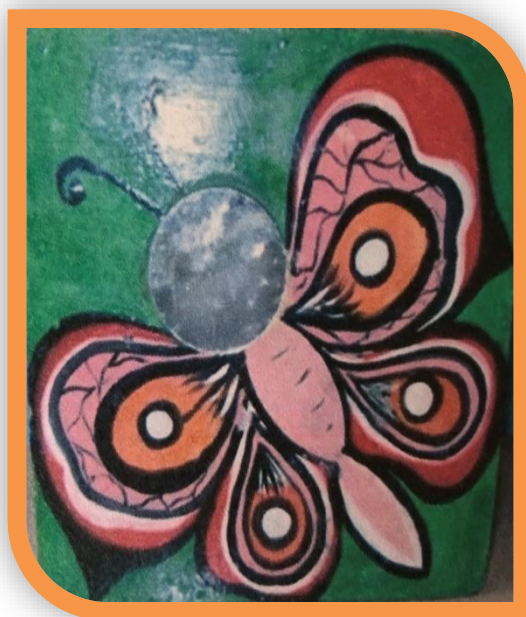


### «Зеркальный кубик»

**Цель:** отработка мимической реакции, передача эмоций через вхождение в образ героя –персонажа.

**Задачи:**

- расслабления эмоциональных зажимов;
- развития мимических мышц;
- обучения детей приёмам демонстрации эмоций методом эмпатии.



**Возрастная категория:** от 3-х лет.

**Материалы:** деревянный кубик, на каждой грани которого изображено животное или другие объекты природы. На местах «мордочек» зверей и насекомых и в центре солнца прикреплены небольшие круглые зеркала.

**Правила игры.**

Ребенок располагает кубик таким образом, чтобы видеть отражения своего лица в зеркальце в одной из граней, и с помощью мимики передает различное настроение животных, насекомых или солнышка.



## **Рекомендации педагогам для развития эмоционально - волевой сферы у детей дошкольного возраста**

**1. Минутки общения:** интересные коммуникативные игры, включающие обмен действиями, высказываниями, цель которых – помочь детям снять эмоциональное напряжение после занятия, поддерживать атмосферу доброжелательности и радости.

**2. Дружеские посиделки:** 10- минутные беседы в конце дня, цель которых – закрепить позитивные переживания детей, полученные в течение дня, развить способность к рефлексии, способность радоваться успехам своим и групповым.

**3. Групповые ритуалы:** традиционные минутки приветствия, прощания, закрепления позитивных моментов, поздравления с праздниками и т.д. Создают ощущения общности в группе, безопасности, поддержки, способствуют более открытому выражению чувств и эмоций.

### **Средства развития социальных навыков**

#### **1. Различные виды игр:**

- интерактивные (включают обмен действиями между участниками, установление невербальных контактов, направлены на психотехнические изменения состояния группы и каждого ее участника, получение обратной связи);
- ритмические (связаны с ритмичным проговариванием слов и выполнением движений в заданном ритме, а также с восприятием и передачей ритма);
- коммуникативные (включают обмен высказываниями, установление вербальных контактов);
- ситуативно-ролевые (направлены на разыгрывание детьми коммуникативных ситуаций в ролях);
- творческие (подразумевают самостоятельное развитие детьми игровых действий в рамках заданной темы);
- игры-инсценировки (включают проигрывание детьми проблемной ситуации);
- игры-дискуссии (совместное обсуждение проблемы в игровой ситуации).

#### **2. Упражнения на развитие социальной перцепции (вербальные и невербальные техники):**

- упражнения, направленные на развитие способности понимания состояний, особенностей и отношений людей, их перемещений, пространственного расположения и т.п.;

- упражнения, направленные на развитие сенсорно - перцептивной системы (различных видов восприятия, памяти, ориентировки в пространстве).

**3. Техники сочинения истории** как один из способов репрезентации реальности, в которой живет ребенок.

**4. Арт-педагогические техники** (рисование в парах, тройках, коллективное рисование с творческими заданиями).

**5. Техники художественной экспрессии** на развитие способности к самовыражению.

**6. Техники использования метафор** как способа нахождения новых ресурсов, смыслов, эффективных форм поведения.

**7. Техника цветописа**(использование цвета для обозначения в символической форме настроения и характера переживаний ребенка).

### **Общие рекомендации по развитию и стабилизации эмоционально-волевой сферы у детей с ограниченными возможностями**

1. Организация четкого режима питания, сна, прогулок на свежем воздухе.
2. Поддержание здоровья, реализация комплекса мер, направленных на укрепление нервной системы ребенка, разработанных в сотрудничестве с врачом педиатром и детским неврологом.
3. Ограничение времени просмотра телевизора, пользования гаджетами, шумных и активных игр.
4. Учет повышенной утомляемости ребенка. Ограничение времени посещения мероприятий, требующих длительного контроля над своим поведением либо, напротив, эмоционально насыщенных, активных, шумных.
5. Сохранение спокойного, доброжелательного, терпеливого отношения к ребёнку в период раздражительности и капризов на фоне истощения.
6. Учет повышенной возбудимости и импульсивности. Установление разумных и понятных ребенку границ и правил. Сохранение доброжелательности и твердости при установлении запретов и нормализации состояния ребенка при аффективных вспышках.
7. Создание спокойной, благоприятной атмосферы в семье. Исключение ссор в присутствии ребёнка, поддержание положительного эмоционального состояния мамы, адекватное отношение к заболеванию ребёнка.

8. Поддержание самостоятельной активности ребенка, привлечение к труду, наделение соответствующими возрасту обязанностями и ответственностью.
9. Расширение кругозора ребенка, развитие любознательности и положительное подкрепление активности, направленной на познание окружающего мира.
10. Создание условий необходимых для эмоционального развития ребенка: знакомство с эмоциями и оказание ребенку помощи в распознавании собственных эмоций и эмоций других людей, обучение техникам, направленным на стабилизацию своего эмоционального состояния.
11. Развитие волевых качеств через привлечение ребенка к продуктивным видам деятельности (лепка, рисование, рукоделие и т.д.) с обязательным доведением начатого до конца (либо завершения отдельного логического этапа), занятия спортом.
12. Формирование навыков самоорганизации: обучение планированию своего времени, определению приоритетности выполнения тех или иных задач, составлению личного расписания и т.д.
13. Формирование у ребенка адекватного отношения к своей болезни, представления о себе как о человеке способном и наделенном необходимым потенциалом, чтобы реализовать себя в тех или иных областях жизни.

### **Заключение**

Уважаемые коллеги, надеюсь, что методическая разработка для детей дошкольного возраста по развитию эмоциональной сферы «Эмоции и чувства» поможет вам в работе с детьми и натолкнёт на новые идеи.

Именно в совместных играх дети дошкольного возраста овладевают навыками индивидуальных и коллективных действий, умением принимать и любить себя, доброжелательно относиться к окружающему миру, то есть приобретают фундаментальные установки, определяющие в дальнейшем их судьбу, возможность самореализации и успешности в жизни.

Я буду очень рада, если методическая разработка станет для вас полезным!

## Литература

1. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2013.
2. Крюкова С.В., Слободяник Н.Л. – Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Практическое пособие. - М.: Генезис, 1999.
3. Кряжева Н.Л, Мир детских эмоций детей 5-7 лет.- Ярославль, 2000.
4. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. - М., 2000.
5. Можейко А.В. Развитие эмоциональной сферы дошкольников. Методические рекомендации – Москва ТЦ Сфера, 2010.
6. Шипицина Л.М. Азбука общения СПб., 1998.
7. Юрчук Е. Н. Эмоциональное развитие дошкольника. Методические рекомендации. Издательство: Сфера, 2008 г.

## Используемые Интернет - источники

1. <https://docs.yandex.ru/docs/view?tm>
2. <https://nsportal.ru/detskii-sad/korreksionnaya-pedagogika>