

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «МЕЧТА» С. КНЯЗЕ-ВОЛКОНСКОЕ
ХАБАРОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ХАБАРОВСКОГО КРАЯ**



**План по самообразованию
педагога-психолога Каряжиной Н.В.**

на тему:

**«Социально эмоциональное развитие дошкольника»
на 2023 - 2024 учебный год**

Тема: «Социально эмоциональное развитие дошкольника»

Цель: повысить собственную профессиональную квалификацию по вопросам формирования и развития эмоционального развития дошкольника.

Задачи:

- изучить теоретические основы эмоционального развития личности дошкольников;
- выявить особенности эмоционального развития детей;
- изучить диагностику эмоционального неблагополучия детей;
- изучить влияние семьи на эмоциональное развитие детей;
- рассмотреть способы преодоления негативных эмоций;
- помочь ребенку осознать свои характерные особенности и предпочтения и понять, что он, как и любой человек, уникален и неповторим;
- научить детей понимать собственное эмоциональное состояние;
- научить детей осознанно воспринимать свои эмоции, чувства и переживания, а также понимать эмоциональное состояние других людей;
- научить детей этически ценным формам и способам поведения в отношениях с другими людьми;
- научить позитивным, поддерживающим приемам общения со сверстниками.
- формировать умения выражать свои чувства и распознавать чувства

Предполагаемый результат:

1. Повышен собственный профессиональный уровень в вопросах эмоционального развития детей дошкольного возраста;
2. Повышен уровень компетенции родителей в вопросах эмоционального развития детей;
3. Сформированы знания у детей в понимании собственных эмоциональных состояний и чувств;
4. Закреплены способы и приемы преодоления негативных эмоций.

Форма отчёта: групповые и индивидуальные консультации, материал – презентация, картотека диагностического инструментария, информационные листы в уголках психолога, памятки, буклеты, материал с презентацией, публикации в интернет - ресурсах.

**План работы по самообразованию
«Социально эмоциональное развитие дошкольника»**

№	Содержание работы	Сроки	Формы работы	Продукт
1.	<u>Изучение литературы</u>	Сентябрь-октябрь		
2.	<u>Работа с детьми</u> «Узнай по голосу»	Октябрь	Занятие на «Уверенность в себе» с детьми 5-7 лет	
	«Что нравится мне и другим»	Октябрь	Дидактическое игра	
	«Твои поступки и чувства других»	Ноябрь	Занятие на «Чувства, желания, взгляды» с детьми 5-7 лет	
	«Ты и твое имя»	Ноябрь	Беседа	
	«Считаю тебя хорошим»	Декабрь	Занятие на «Социальные навыки» с детьми 5-7 лет	
	«Подбери одежду»	Декабрь	Дидактическая игра	
	«Спорящие лица»	Январь	Занятие на «Чувства, желания, взгляды» с детьми 5-7 лет	
	«Чье окошко?»	Январь	Дидактическая игра	
	«Ссора»	Февраль	Занятие на «Социальные навыки» с детьми 5-7 лет	
	«Кубики»	Февраль	Дидактическая игра	
	«Вместе с друзьями»	Март	Занятие на «Социальные навыки» с детьми 5-7 лет	
	«Угадай настроение»	Март	Дидактическая игра	
	«Смелый»	Апрель	Занятие на «Чувства, желания, взгляды» с детьми 5-7 лет	
	«Банк идей»	Апрель	Дидактическая игра	
	«Встреча эмоций»	Апрель	Дидактическая	

			игра	
3.	<u>Работа с родителями</u> «Страхи»	Октябрь	Буклет	
	«Влияние родительских установок на развитие эмоциональное развитие дошкольников»	Ноябрь	Консультация	
	«Уровни эмоционального самочувствия детей»	Декабрь	Консультация	
	«Воспитание эмоций и чувств»	Декабрь	Памятка	
	«Эмоционально-личностное развитие дошкольников»	Январь	Буклет-консультация	
	«Преодоление эмоционального напряжения: борьба со страхами, методы профилактики стресса»	Февраль	Консультация	
	«Снятия эмоционального напряжения, его профилактики»	Февраль	Инструкций	
	«Роль семейного общения в развитии эмоциональной сферы дошкольника»	Март	Консультация	
	«Влияние семьи на развитие ребенка»	Март	Буклет	
	«Роль эмоций в общении»	Апрель	Практикум	
	«Эмоциональное развитие»	Май	Памятка	
4.	<u>Работа с педагогами</u> «Социально-эмоциональное развитие детей в условиях ДОУ»	Октябрь	Консультация	
	«Правила эффективного взаимодействия»	Ноябрь	Буклет	
	«11 признаков психологического неблагополучия ребенка, которые можно определить по его игре»	Декабрь	Консультация	
	«Развитие социально-эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста»	Январь	Памятка	
	«Сказкотерапия – как средство эмоционального развития детей дошкольного возраста»	Февраль	Консультация	
	«Сказкотерапия - как средство развития детей дошкольного возраста»	Март	Консультация	
	«Как помочь ребенку и себе преодолеть негативные эмоции. Как научить ребенка владеть собой»	Апрель	Презентация	
	Отчет по самообразованию	Май	Выступление на педагогическом совете	

Работа с детьми

Занятие на «Уверенность в себе» с детьми 5-7 лет – «Узнай по голосу»

Цель: привлечь внимание детей к такой индивидуальной особенности человека, как голос.

Материал. Два игрушечных телефона; ширма.

Ход занятия

Педагог обращает внимание детей на стоящие на столиках телефонные аппараты. Между столиками расположена ширма. Педагог задает вопросы:

— Для чего нужен телефон? Куда можно позвонить по телефону? Кому вы чаще всего звоните?

Педагог спрашивает у детей, можно ли узнать по голосу, кто с тобой разговаривает по телефону, если собеседник знаком, но не назвал своего имени? Обсуждает с детьми основные правила телефонного диалога (поздороваться, представиться, назвать свое имя), затем предлагает игру «Телефонный разговор». Один ребенок проходит за ширму и садится к телефону. Второй ребенок садится к другому телефону. По сигналу педагога ребенок перед ширмой звонит, начинает разговор, а ребенок за ширмой угадывает, с кем он разговаривает. Если узнал — за ширму идет следующий ребенок. Игра продолжается.

Беседа на «Уверенность в себе» с детьми 5-7 лет – «Ты и твое имя»

Цель: развивать представления детей об имени и отчестве.

Материал. Карточки из плотной бумаги; шнурки; фломастеры или цветные карандаши.

Ход беседы

В группу приходит педагог, который хочет познакомиться с детьми. Педагог обращается к детям с просьбой рассказать о себе, чтобы узнать и запомнить каждого, познакомиться поближе.

Если какой-либо ребенок стесняется, затрудняется, педагог может задать ему дополнительные вопросы:

— Чем ты похож или не похож на других детей? Что в тебе есть особенного? Затем воспитатель предлагает детям игру: «Как бы ты хотел, чтобы тебя называли?», или: «Как тебя будут называть, когда ты вырастешь?» Дети, встав в круг, передают друг другу мяч, называя свое полное имя.

После беседы педагог просит каждого ребенка сделать свою именную карточку, украсив ее рисунком. Завершив работу, дети надевают именные

карточки на шею с помощью шнурков и рассматривают их вместе со взрослыми.

Прощаясь с детьми, педагог благодарит их за рассказ и рисунки, и говорит, что он узнал, какие все дети разные, а карточки помогли запомнить и не путать их имена.

Занятие на «Чувства, желания, взгляды» с детьми 5-7 лет - «Твои поступки и чувства других»

Цель: развивать понимание, что наше собственное настроение и отношение других людей зависят от наших поступков.

Материал. Бумага; карандаши или фломастеры.

Ход занятия

Педагог здоровается с детьми и говорит, что, внимательно посмотрев на них, она сразу догадалась, что у Маши сегодня хорошее настроение, а у Даши — плохое. Спрашивает, что значат слова: «У него все на лице написано».

Затем педагог предлагает детям изобразить выражение лиц своих близких в таких ситуациях:

- ты помог маме убраться в комнате (выражение лица мамы);
- ты сам выстирал свою рубашку (твое выражение лица);
- ты испортил красивую новую скатерть (выражение лица бабушки). Дети должны объяснить, как и почему меняется мимика лица (в зависимости от ситуации).

В заключение педагог и дети приходят к выводу: наше настроение зависит от наших поступков, от того, что мы делаем и как.

Занятие на «Чувства, желания, взгляды» с детьми 5-7 лет - «Спорящие лица»

Цель: Познакомить с различными проявлениями негативных эмоций.

Материал. Кукла; конверт с картинками, изображающими различные выражения лица (грустное, веселое, сердитое, испуганное); специально подготовленная запись песни, исполненной в разных интонациях.

Ход занятия

Педагог приносит куклу. Кукла «предлагает» детям следующую игру: всем раздаются конверты, в которых находятся карточки с изображениями различных выражений лица (грустное, веселое, сердитое, испуганное). Кукла «включает» кассету с записью одной и той же песенки, которая исполняется в разных интонациях (грустным, веселым, сердитым, испуганным голосом). Дети должны подобрать к каждой интонации подходящую карточку. Последнее исполнение песни делается сердитым голосом.

После этого воспитатель задает детям вопросы: — Каким голосом сейчас была спета песня? Как вы догадались, что эта песня исполнялась сердито? Какое у вас лицо, когда вы сердитесь? А как вы замечаете, что кто-то сердится? Можем ли мы помочь человеку, который сердится? В заключение педагог и дети приходят к выводу: настроение человека можно узнать по выражению лица и по интонации. Однако интонация не всегда совпадает со смыслом слов. Так, например, можно произнести ласковые слова с угрожающей интонацией. Поэтому так важно не только что, но и каким тоном мы говорим.

Педагог предлагает детям произнести фразу с интонацией, которая противоположна ее смыслу.

Занятие на «Социальные навыки» с детьми 5-7 лет - «Считаю тебя хорошим»

Цель: продолжать развивать представления о том, что такое дружба.

Материал. Бумага; цветные карандаши или краски.

Ход занятия

Педагог знакомит детей с произведением К. Ушинского «Вместе тесно, а врозь скучно», а затем рассказывает о том, что у нее много друзей, но есть одна самая близкая подруга, с которой они любят быть вместе, гулять, отдыхать.

Затем педагог задает детям вопросы:

— Кто вам нравится и почему? Есть ли у вас друзья? За что вы любите своих друзей? Как вы думаете, за что вы нравитесь своим друзьям? Что вы делаете вместе?

После этого педагог предлагает детям поиграть в игру «Скажи соседу комплимент».

В конце занятия дети рисуют на тему «Мой друг».

Занятие на «Социальные навыки» с детьми 5-7 лет - «Ссора»

Цель: способствовать осознанию причин, приводящих к конфликту, и возможных путей его разрешения.

Материал. Рассказ К. Ушинского «Вместе тесно, а врозь скучно».

Ход занятия

Педагог читает детям письмо от Незнайки, в котором он описывает следующую историю (рассказ К. Ушинского «Вместе тесно, а врозь скучно»):

«Говорит брат сестре: "Не тронь моего волчка!" Отвечает сестра брату: "А ты не тронь моих кукол! " Дети расселись по разным углам, но скоро им обоим стало скучно».

Прочитав историю, педагог говорит, что Незнайка просит детей ответить на вопросы:

—Почему брат с сестрой в ссоре? Как помочь им помириться? Ссорились ли вы когда-нибудь? Расскажите об этом. Из-за чего была ссора? Что вы чувствовали при этом? Как вы уладили свой конфликт?

Педагог предлагает детям обсудить разнообразные ситуации, чтобы легче было ответить на письмо Незнайки. Например, воспитатель начинает, а дети продолжают:

—Две девочки играют с куклой, сшили ей наряд. Одна девочка захотела пришить бант, а другая была против...

—Два мальчика рассматривали интересную книгу, затем одному захотелось вернуться назад и посмотреть понравившуюся картинку, а другой захотел смотреть дальше...

Дети вместе сочиняют ответ на письмо Незнайки, в котором рассказывают о различных вариантах примирения и о том, как нужно предотвращать ссоры.

Занятие на «Социальные навыки» с детьми 5-7 лет - «Вместе с друзьями»

Цель: способствовать формированию хороших отношений между детьми.

Материал. Сюжетные картинки (например, на картинке изображены играющие дети, а рядом — плачущий ребенок, у которого нет игрушек); стихотворение Е. Серова «Нехорошая история».

Ход занятия

Педагог обращает внимание детей на сюжетные картинки, лежащие на столе. Затем говорит пословицы: «Все силы отдай, а друга в беде выручай», или: «Одному не под силу — зови товарищей» и просит детей подобрать соответствующую картинку к каждой пословице и найти выход из изображенной на ней ситуации.

Далее педагог предлагает детям послушать историю, которая случилась в одном детском саду и читает стихотворение «Нехорошая история»:

У ребят сегодня Рая отобрала самолет,

Медвежонка, попугая, паровоз и пароход...

А ребята говорят: «Забирай хоть все подряд,

Обойдемся мы без мишки, нам не нужен пароход.

Поиграем в кошки-мышки: чур я — мышка, чур я — кот...»

Все так весело играют, и хохочут, и шумят,

А в углу у бедной Раи не идет игра на лад...

Не сдержала Рая слез, Рая нос повесила,

У нее игрушек — воз, а играть невесело!

Е. Серов

Вопросы к детям:

— Почему так произошло? Что можно делать вместе, а в одиночку не получится?

Обсудив различные ответы детей, воспитатель проводит подвижную игру, которую выбирают сами дети. По окончании игры можно задать следующие вопросы:

— Вам интересно было играть вместе? Почему? А можно играть в эту игру одному?

Педагог с детьми приходят к выводу, что вместе играть веселее и интереснее.

Занятие на «Чувства, желания, взгляды» с детьми 5-7 лет - «Смелый»

Цель: определить вместе с детьми, кого можно считать смелым.

Материал. Книги: В. Маяковский «Что такое хорошо и что такое плохо», Л. Толстой «Котенок».

Ход занятия

Педагог предлагает детям рассмотреть иллюстрации к стихотворению «Что такое хорошо и что такое плохо», сопровождая показ чтением:

От вороны карапуз убежал, заохал!

Этот мальчик просто трус!

Это очень плохо.

Этот, хоть и мал пока,

Спорит с грозной птицей.

Смелый — очень хорошо,

В жизни пригодится!

В. Маяковский

Вопросы:

— Кого можно назвать смелым? Почему?

Затем дети знакомятся с рассказом Л. Толстого «Котенок». В произведении рассказывается о том, как мальчик Вася спас котенка от собак.

Вопросы к детям:

— Как поступил Вася? Как вы думаете, было ли ему страшно? Когда вы бывали смелыми, а когда нет?

Дети рассказывают, приходилось ли им проявлять смелость в каких-либо ситуациях, что они чувствовали при этом.

В конце занятия педагог с детьми приходят к выводу: проявляя смелость, человек чувствует, что поступил хорошо, правильно, так как помог слабому, незащищенному, даже если при этом испытывал страх.

Дидактическое пособие «Что нравится мне и другим» (для детей 5—7 лет)

Пособие представляет собой набор карточек, на которых изображены различные предметы, привлекательные или непривлекательные для детей того или иного возраста: игрушки, овощи, фрукты, блюда, цветы и т. д. Для детей старшего возраста изображения на картинках могут носить более условный — знаковый характер. Например, капли дождя, солнце, молния и т. п.

Пособие можно использовать для определения детьми собственных вкусов и предпочтений, а также для определения того, насколько дети хорошо знают вкусы и предпочтения своих родителей, друзей, совпадают ли они с их собственными.

Дидактическая игра «Подбери одежду» (для детей 5—6 лет)

Пособие включает плоскостные картонные изображения двух кукол — мальчика и девочки; соответствующие наборы рисованной одежды и отдельные детали туалета (например, шапки, варежки, валенки и т. д.).

Для детей более старшего возраста может быть предложена одежда для прогулок в разную погоду и время года; для отдыха и занятий спортом; повседневная и праздничная и т. д.

Пособие используется для определения вкусовых предпочтений детей в одежде.

Дидактическая игра «Чье окошко?» (для детей 5—7 лет)

Дидактическая игра представляет собой изображение домика с окошками, выполненное из плотной бумаги, фанеры или картона. Пособие используется по-разному в зависимости от педагогических задач. В окошко домика можно поместить фотографии детей группы, под каждым окошком сделать небольшой карманчик. Приходя в детский сад, каждый ребенок помещает под своей фотографией карточку, отражающую его сегодняшнее настроение. Также в окошках можно поместить персонаж, символизирующий разные эмоции. Тогда в кармашки дети вставляют карточки, которые соответствуют их отношению, например, к действиям литературных персонажей, героев мультфильмов, какому-либо событию в жизни группы и т. д.

Дидактическая игра «Кубики» (для детей 5—7 лет)

Пособие состоит из кубика, на каждой стороне которого приклеено схематичное изображение какого-либо эмоционального состояния.

Ивариант. Кубик сначала бросает воспитатель, а дети мимикой, позой, жестами изображают соответствующие эмоции. Тот, кто наиболее артистично выполнил задание, будет бросать кубик следующим.

Пвариант. Ребенок бросает кубик, предварительно указав, кто будет имитировать эмоциональное состояние, изображенное на выпавшей грани. Затем кубик бросает тот, кто выполнял задание.

Дидактическая игра «Угадай настроение» (для детей 6—7 лет)

Пособие представляет собой карточки с изображениями героев мультфильмов и пиктограммы различных эмоциональных состояний.

Детям раздаются по три карточки, к каждой из которых следует подобрать пиктограмму, соответствующую эмоциональному состоянию героя.

Дидактическая игра «Банк идей» (для детей 6—7 лет)

Пособие представляет собой набор иллюстраций с изображением различных ситуаций, возникающих в процессе общения людей.

Ребенок оценивает ситуацию, изображенную на иллюстрации и предлагает свой вариант решения конфликта (обыгрывает, объясняет, составляет рассказ и т. д.).

Дидактическая игра «Встреча эмоций»

Пособие представляет собой картинки с изображением сказочных сюжетов и пиктограммы различных эмоций.

Ивариант. Ведущий показывает детям картинку, предлагает определить, какое настроение у того или иного персонажа, и просит обосновать свой ответ.

Пвариант. У каждого ребенка — по одной картинке. Ведущий показывает пиктограмму со схематичным изображением эмоций, а дети находят картинку с персонажем, у которого соответствующее настроение.