

Пояснительная записка

В последние годы в системе **дошкольного** воспитания и обучения стала прослеживаться тенденция к интеллектуальному **развитию ребенка**, при этом **развитию эмоциональной сферы** часто уделяется недостаточное внимание. Как справедливо указывали Л. С. Выготский и А. В. Запорожец, только согласованное функционирование этих двух систем **эмоциональной сферы и интеллекта**, их единство могут обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности.

Умственное **развитие** ребенка тесным образом связано с особенностями мира его чувств и переживаний. Маленькие дети часто находятся в *«плёну эмоций»*, поскольку еще не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми.

Всем известно, что дети эгоцентричны, поэтому так важно научить ребенка смотреть на ситуацию с позиции своего собеседника, обучая ребенка взгляду со стороны», мы тем самым помогаем ему по-другому взглянуть на себя, по-иному оценить собственные мысли, чувства и поведение. Так ребенок получает возможность более полно и адекватно выразить себя через общение.

Однако ни для кого не секрет, что лучший друг для современного ребенка - это телевизор или компьютер, а любимое занятие - просмотр мультиков или компьютерные игры. Дети стали меньше общаться не только со взрослыми, но и друг с другом. А ведь живое человеческое общение существенно обогащает жизнь **детей**, раскрашивает яркими красками **сферу их ощущений**. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. Они не всегда способны осознавать и контролировать свои **эмоции**, а это приводит к импульсивности поведения. Очень часто наблюдение за ребенком показывает наличие определенных нарушений в общении – уход от контактов со сверстниками, конфликты, драки, нежелание считаться с мнением или желанием другого, жалобы педагогу. Это происходит не потому, что дети не знают правил поведения, а потому, что даже **старшему дошкольнику** трудно “влезть в шкуру” обидчика и почувствовать, что испытывает другой. Специальная проведенная работа показала, что родители практически не говорят детям о своих чувствах, детям мало достается теплых слов. Поэтому появилась насущная необходимость учить **детей** открыто говорить о своих чувствах, переживаниях, показывая способы как общения **детей друг с другом**, так и способы выхода из разных негативных **эмоциональных состояний**.

В процессе жизни у ребенка меняются взгляды на мир и отношения с окружающими. Постепенно **возрастает** способность сознавать и

контролировать свои **эмоции**, а также идет усвоение способов общения. Однако, опыт работы с детьми показывает, что сама по себе **эмоциональная сфера качественно не развивается**, и способы общения без специального обучения в должной степени не формируются, поэтому так актуальна и важна работа, направленная на **развитие эмоциональной сферы**.

Основная цель программы – повысить осознание ребенком своих **эмоциональных** проявлений и взаимоотношений.

В соответствии с этой целью решаются следующие **задачи**:

1. Помочь ребенку прожить определенное **эмоциональное состояние**, объяснить, что оно означает, и дать ему словесное обозначение;
2. Обучить способам регуляции **эмоциональных состояний**, элементам расслабления.
3. Вырабатывать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения; проектировать его нежелательные черты характера и поведения.

Структура занятия

I. Подготовительный этап (10 минут)

Задача: Настроить группу на совместную работу, установить **эмоциональный** контакт между всеми участниками, подготовить артикуляционный аппарат к работе, улучшить ритмирование организма, активизировать работу мышц глаз

Содержание: дыхательные, глагодвигательные упражнения, артикуляционная гимнастика, упражнения на **развитие мышц руки**, на **развитие** межполушарного взаимодействия, на гармонизацию взаимоотношений.

II. Основной этап (25 минут)

Задачи: повышение чувствительности к себе, к другому человеку, **развитие** умений понять и передать свое **эмоциональное** состояние и почувствовать **эмоциональное состояние другого**. Преодоление негативных личностных проявлений: агрессивности, неуверенности, обидчивости, неорганизованности и др.

Содержание: этюды, игры на воспроизведение отдельных черт характера, сказкотерапия, рисование своих проблем, обучение навыкам самопомощи в напряженных ситуациях.

Условия реализации программы

1. Создание **атмосферы искренности**, доверия, тепла, тем самым обеспечение прочности, единства межличностных взаимодействий в группе. Главная установка — на успех у каждого ребенка.

2. Внимательное и уважительное отношение к индивидуальным склонностям и способностям **детей**. Поддержка и **развитие того**, что самобытно, оригинально, что является ценным вкладом каждого ребенка в группу.

3. Учет добровольности **детей** при выполнении упражнений.

4. Поощрение и поддержка попытки **детей** овладеть своим поведением, объяснить свою позицию; внимание к тому, что делаешь, думаешь, чувствуешь сам и другие люди.

5. Стимуляция мотива *«быть не хуже других»*.

Занятия рассчитаны на **возраст детей 5-7 лет**. Всего 26 занятий. Продолжительность каждого занятия 35 минут и 5 минут на подготовку материала. Проводятся один раз в неделю.

Во время занятий дети могут сидеть в кругу (*на ковре*) или за столами, передвигаться по игровой комнате, в зависимости от хода занятия.

Занятия могут проводиться с детьми любой степени подготовленности к школе.

Форма организации занятий – со всей группой **детей или подгруппами**, по усмотрению педагога.