**ПРОГРАММА СЕМИНАРА**

**«Развитие эмоционального интеллекта детей старшего дошкольного возраста»**

**Цель**: Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов дошкольных образовательных организаций через освоение научно-методических основ и практического применения приемов развития эмоционального интеллекта.

**Категория обучающихся:** педагоги дошкольных образовательных организаций.

**Предполагаемое количество обучающихся:** 18

**Продолжительность обучения:** 8 часов

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий:** 4 часа в день

**Форма итоговой аттестации:** демонстрация освоенных способов педагогической деятельности

**Планируемые результаты:** педагоги будут знать теоретические основы развития эмоционального интеллекта и его влияния на коммуникативные способности человека, а также возрастные особенности становления эмоциональной и коммуникативной сферы ребенка дошкольника.

**будут способны:** применять методы и приемы развития эмоционального интеллекта ребенка дошкольника, создавать условия для обогащения опыта ребенка выбирать и реализовывать адекватные способы общения со сверстниками и взрослыми.

**будут относиться:** с пониманием к различным эмоциональным состояниям ребенка дошкольника.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Содержание**  **(тема)** | | **Виды учебных занятий / учебных работ** | **Очно (количество часов** |
| **Игра-приветствие**  **Игра-энергизатор «Мяч по кругу»**  **Игра:**  настрой на работу, развитие речевой и мыслительной деятельности.  Участники стоят в кругу. Каждый участник кидает мяч любому члену группы, тот участник, у которого мяч, называет любое существительное, а сосед с права, называет прилагательное ассоциацию к названному существительному, сосед слева подбирает подходящий глагол к данным словам.  **Упражнение «Ассоциации»**  **Цель:** введение в тему семинара, работа над эмоциональным словарем.  Для начала вспомним и назовем основные эмоции. Участники называют эмоции, а ведущий записывает эти эмоции на доске в столбик. А сейчас подумайте и назовите ассоциацию к слову:  1. **радость** (счастье, воодушевление, веселье, удовольствие)  2.**злость** (ярость, бешенство, негодование)  3. **страх** (боязнь, испуг, ужас, паника)  4. **удивление** (изумление, интерес)  5. **грусть** (печаль, тоска, уныние, скорбь; меланхолии)  6. **спокойствие** (умиротворение)  Что играет решающую роль в управлении поведением? Что читается по лицам и определяет качество нашей жизни? Что лежит в основе эффективного общения? Что мы испытываем с самого раннего детства? На все эти вопросы ответ один — эмоции. Эмоции явные, скрытые, контролируемые.  Уважаемые коллеги! Сегодня мы будем учиться осознавать собственные эмоции и управлять своими эмоциональными переживаниями. Техники и методики, с которыми вы сегодня познакомитесь, вы сможете использовать в занятиях с детьми, по формированию у них компонентов эмоционального интеллекта.  **Что такое эмоциональный интеллект?**  Впервые термин «эмоциональный интеллект» был введен в психологию американскими учёными П. Сэловей и Д. Мэйер, они рассматривали ЭИ как способность человека перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях, определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений.  В российской психологической науке понятие эмоциональный интеллект было впервые использовано Г.Г. Гарсковой. Она определила эмоциональный интеллект как «способность понимать отношения личности, передаваемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза».  Понятие «Эмоциональный интеллект» трактуется по-разному, но все определения сводятся к тому, что эмоциональный интеллект — способность к пониманию своих и чужих эмоций, чувств и переживаний для эффективного и гармоничного взаимодействия с окружающим миром.  **Почему эмоциональный интеллект так важен?**  Ключевыми компетенциями в ФГОС ДО определены: способность наблюдать, работать с информацией, планировать и регулировать деятельность, эффективно работать в группе или паре, демонстрировать ценностно-смысловую позицию в субъект-субъектном взаимодействии и ряд других. Центральным элементом в этом ряду становится эмоциональный интеллект как механизм быстрой адаптации к новым условиям и успешного решения коммуникативных задач.  Дошкольное детство уникальный период в жизни человека, то время, когда формируется ценностное отношение к миру и к себе. Восприятие мира ребенком, строится на чувственных и эмоциональных впечатлениях, он открыт для приобретения и усвоения культурных ценностей, стремится к признанию себя среди других людей.  К сожалению, до последнего времени вопросу развития эмоционального интеллекта, в современных программных документах для дошкольных образовательных учреждений, не уделялось серьезного внимания. Что не позволяет системно выстроить работу по развитию у ребенка дошкольника эмоционального интеллекта.  При организации работы по обогащению эмоционального опыта важно учитывать выделенные в психологии механизмы воздействия на эмоциональную сферу личности дошкольников. К ним относятся краткие эмоциональные реакции, эмоциональная дифференциация, эмоциональная идентификация и эмоциональное обособление (А. В. Запорожец, И. П. Воропаева, В. С. Мухина, Л. П. Стрелкова и др.).  Проблемой развития эмоционального интеллекта и его отдельных компонентов у детей дошкольного возраста занимались такие ученые как И. Н. Андреева, Н. С. Ежкова, Н. В. Соловьева, и др.  На наш взгляд наиболее интересная модель эмоционального интеллекта дошкольника, представлена в монографии «Эмоциональный интеллект дошкольника: структура, условия и механизмы развития» Куракиной А. О. в соответствии которой, эмоциональный интеллект дошкольника имеет три компонента: эмоциональный, когнитивный и поведенческий.  Эмоциональный компонент — сенсорно-экспрессивный аппарат эмоционального интеллекта, который ориентирует детей относительно ценности всего, с чем они непосредственно взаимодействуют.  Когнитивный компонент осознание и называние переживаемых ребенком эмоциональных состояний посредством оценочных суждений и понятий.  Поведенческий компонент проявляется посредством эмоциональной саморегуляции, проявлению эмоций у детей.  **Эмоциональный компонент** – включает в себя: эмоциональное реагирование и эмоциональную экспрессию (яркое проявление чувств)  Значение развития эмоционального реагирования и эмоциональной экспрессии заключается в том, чтобы расширять и поддерживать у ребенка опыт адекватного эмоционального реагирования. Успех развития эмоционального компонента зависит от качества и уровня развития сенсорного опыта детей.  Таким образом, обогащая сенсорный опыт детей, можно влиять на эмоциональное реагирование и эмоциональную экспрессию ребенка и, тем самым, развивать выразительность и сбалансированность эмоциональных проявлений. Развивая эмоциональное реагирование и эмоциональную экспрессию, мы делаем первый шаг на пути к научению ребенка проявлять эмпатию.  Для обогащения сенсорного опыта детей можно использовать эмоционально-сенсорные и эмоционально экспрессивные игры и упражнения.  **Игры упражнения**  **Упражнение «Эмоции в музыке»**  Всем известно, что музыка – источник вдохновения. В нашей стране много выдающихся и даже гениальных композиторов. Предлагаю вам послушать несколько отрывков из известных произведений и определить, какими эмоциями хотели авторы поделиться с вами. **Игра «Аплодисменты»** Инструкция: представьте, что вы пришли в театр, посмотрели спектакль и вам необходимо показать свое отношение к данному спектаклю, к игре актеров, музыке, которую использовали в спектакле. Но вам нельзя говорить. Как мы можем показать свое отношение к спектаклю? С помощью чего?  Аплодисменты бывают разные: восторженные и бурные, сдержанные и деликатные, безразличные, ленивые и др.  - Покажите восторженные аплодисменты.  - Покажите вялые аплодисменты. И т.д.  А теперь передайте свое отношение к различным предметам с помощью аплодисментов – настольной лампе, новым сапогам, к ручке, компьютеру и т.д., а также к игрушкам – пирамидке, кукле, кубикам, также участники выражают свое отношение разным звукам – звуку проезжающих машин, шуршанию газеты, пищанию резиновой игрушки и др. **Игра «Рисуем загадки»** Участники семинара разбиваются на пары: один «рисует» на ладони партнера несложные предметы (солнышко, домик, круг), а партнер с закрытыми глазами старается отгадать рисунок. Затем участники меняются местами.  **Когнитивный компонент** эмоционального интеллекта включает в себя осознание собственных эмоций их оценку и установление причинно-следственных связей «событие (ситуация, причина) -эмоциональная реакция (следствие)». Одна из основных задач на этом этапе учить детей соразмерности собственных эмоциональных состояний ценности переживаемым событиям. В этом педагогу поможет детская художественная литература, настольный театр, иллюстрации, серии сюжетных картинок, так как ребенок, идентифицируя себя с героем произведения, сможет понять чувства, переживаемые героем, а после – выразить свое отношение к эмоциональным проявлениям героев.  В старшем возрасте необходимо использовать когнитивные схемы эмоций, которые представляют собой наглядный материал эмоционально-оценочного характера, что помогает ребенку получать сведения об адекватных/неадекватных эмоциональных проявлениях. С помощью когнитивных схем эмоций ребенок может вывести информацию о причинах эмоции, выделить признаки, характерные для проживания эмоции, а также увидеть к каким последствиям может привести то или иное проявление эмоций.  **Упражнения и игры**  **«Придумай причину».**  Эмоциональное состояние человека рассматривается как динамическая характеристика. Наше настроение постоянно меняется. Как вы думаете, что влияет на наши эмоции? Посмотрите на пиктограмму с эмоцией и скажите, какая ситуация может вызвать у вас такие эмоции. (См. Приложение 2)  Педагог показывает пиктограмму, дети называют эмоциональное состояние человека или животного и стараются объяснить, почему оно может возникнуть *(медведь рассердился, потому что его разбудили, девочка смеется, потому что ей купили куклу и т.д.*)  **Упражнение «Наши эмоции»**  Материалы: пиктограммы эмоций, мимические описания эмоций.  Ребята, как вы думаете, можно ли определить настроение другого человека?  И действительно, можно. Ведь наше лицо выдает все наши эмоции, с помощью мимических реакций. Мимические реакции – это выразительные движения мышц лица.  Задание: И я предлагаю вам соотнести эмоцию с ее мимическим описанием. (См. Приложение 2)  **Игра «Волшебный словарь»**  **Цель:** учить детей подбирать слова к эмоциональному состоянию человека, сказочного героя, активизация в речи детей существительных и прилагательных.  **Материалы:** карточки со сказочными героями с разным настроением.  В центре стола лежит колода карточек со сказочными героями, испытывающих разные эмоциональные состояния. Ребенок берет по очереди карточку, смотрит на нее, определяет эмоциональное состояние героя и старается передать это эмоциональное состояние с помощью мимики и жестов. Задача остальных, отгадать какое эмоциональное состояние показывает ребенок.  **Примечание:** Если дети отгадали, то ребенок показывает свою карточку остальным и оставляет около себя. Если не отгадали, то карточка возвращается в колоду.  В конце подсчитывается, количество показанных карточек.  **Ирга «Животные эмоции»**  Наши эмоции разнообразны и многогранны. И очень часто при описании своего эмоционального состояния люди используют сравнение с животными.  Предлагаю вспомнить наши фразеологизмы, которые помогают выразить ярко, красочно, а главное понятно выразить свои эмоции собеседнику?  Предварительно, с детьми необходимо обсудить слова-помощники и выделить черты характера каждого животного, т.к. волк, лев, удав, обезьяна, заяц, тигр, бык и др.  Непоседливый как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Злой как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Хитрый как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Спокойный как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Свирепый как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Жить как \_\_\_\_\_\_\_\_ с \_\_\_\_\_\_\_\_\_  Испуганный как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Спокойный как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **Поведенческий компонент** проявляется посредством эмоциональной саморегуляции, проявлению эмоций у детей, то есть, основной задачей педагога становится научение ребенка не только осознавать собственные эмоции, но и развитие умений адекватно выражать свои эмоции и управлять ими. Наиболее действенными технологиями являются арт-технологии и психогимнастика.  Работу следует вести по следующей схеме:  1. Усвоение представлений о невербальных средствах выражения эмоций.  2. Развитие понимания смысла и значения различных форм поведения людей в эмоционально значимых ситуациях.  3. Проверка и оценка собственного текущего поведения на основании полученных знаний и навыков.  **Упражнения и игры[[1]](#endnote-1)**  **«Хочу и все!»**  Мальчик пришел с мамой в магазин, чтобы купить чешки. В этом же магазине продавались двухколесные велосипеды. — Я хочу этот велосипед,— сказал мальчик. Мама показала ему деньги в кошельке и шепотом сказала, что у нее нет денег на велосипед. — А мне что до этого! — громко закричал мальчик и даже топнул ногой. — Хочу и все! Мама оглянулась и увидела, что покупатели и продавец смотрят на ее сына. Она потянула мальчика за руку, чтобы выйти с ним поскорее из магазина, но он подогнул ноги под себя и повалился назад. У мамы не хватило сил, чтобы удержать руку сына в своей руке... И вот он лежит на грязном полу, стучит кулаками об пол, пинает ногами воздух и, выгибая спину, повторяет плачущим капризным голосом: «Хочу! Хочу и все!»  **«Круглые глаза»**  Однажды первоклассник Артур подсмотрел в подъезде удивительную сценку и написал об этом рассказ: «Я шел из школы. Я зашел в подъезд и увидел, что бегает тряпка. Я поднял тряпку и увидел, что там котенок». Ведущий предлагает детям показать, какие круглые глаз были у мальчика, когда он увидел живую тряпку.  **«Цветок»**  Теплый луч упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою головку вслед за солнцем. Выразительные движения. Сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны - цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем. Мимика. Глаза полузакрыты: улыбка, мышцы лица расслаблены.  **Ситуация «Нечаянная радость»**  Организация ситуации с детьми. Ребята, представьте, что вы играете дома с игрушками, и тут заходит в комнату мама и говорит: Собирайся, …, сейчас мы поедем с тобой в аквапарк (цирк, зоопарк и др.)  **Ситуация «Карандаши»**  Сосед по парте взял без разрешения твои карандаши. Он виноват. Что вы сделаете: расплачетесь? Пожалуетесь воспитателю? Накричите на него? молча отберете карандаши? Вежливо попросите вернуть карандаши?  **«Разрешение проблемной ситуации»**  Однажды, гуляя по полянке, мама-курица и ее цыпленок. Мама-курица доставала для своего малыша червячка, а в это время цыпленок исчез. Удивилась мама *(покажите, как мама удивилась)* И побежала мама-курица искать своего цыпленка. Видит, а ее цыпленок стоит на другом берегу ручья. Еще больше удивилась мама-курица. *(покажите, как мама удивилась)*  Как мог ее сыночек попасть на другой берег?  И как вернуть цыпленка маме?  Роль педагога в формировании эмоционального интеллекта, заключается в создании психолого-педагогических условий.  У ребенка старшего дошкольного возраста –эмоции доминируют над абсолютно всеми его сторонами жизни: зависть, гнев, страх, испуг, стыд, радость, любовь, смущение, застенчивость, уже развиты в этом возрасте. Ребенок накапливает не только позитивный, но и негативный опыт проявления эмоциональных состояний, и перенос эмоций в сферу общения.  Итак, педагогу необходимо:   1. Принять ребенка таким, какой он есть: это и физический облик, и особенности его темперамента и характера. 2. Насыщение жизни группы необычными ситуациями, дети любят приключения: прохождение квестов, решение проблемных ситуаций - поэтому задача педагога моделировать интересные игровые и образовательные пространства. 3. Музыка. Музыка вызывает эмоциональный отклик гораздо сильнее, чем это могут сделать слова или тактильные ощущения. Именно поэтому грамотное музыкальное сопровождение деятельности ребенка является простым но действенным способом развития эмоционального интеллекта ребенка. Важно помнить, что использование современных ритмов необходимо сочетать с произведениями классической музыки. 4. Чтение книг, особенно национальных сказок, помогут ребенку связать проявление эмоций с определенными ситуациями. 5. Создание игрового поля: театрализованные игры, сюжетно-ролевые игры, игры-тренинги, в которых дети могут показать, как положительные, так отрицательные эмоции, обращая внимание на взаимосвязь эмоций и поступков.   **Итоговый опрос по семинару:**   1. Закончите фразу Эмоциональный интеллект – это …   2. Кто первым в психологии ввел термин «эмоциональный интеллект»? *(выбери правильный ответ)*  а) Запорожец А. В.  б) Сэловей П.  в) Гарсковой Г.Г.   1. Почему важно развивать эмоциональный интеллект в дошкольном возрасте? 2. Назовите компоненты «эмоционального интеллекта» по модели Куракиной А. О.? 3. Когнитивный компонент: *(выбери правильный ответ)*   а) расширение у ребенка опыта адекватного эмоционального реагирования;  б) развитие умений адекватно выражать свои эмоции и управлять ими;  в) осознание собственных эмоций, их оценка и установление причинно-следственных связей событий, ситуаций.  6. Расскажите о роли педагога в развитии эмоционального интеллекта.  Спасибо за плодотворную работу. | | **Игра-приветствие**  Лекция  Практические занятия  *Упражнения и игры*  Минилекция с применением мультимедийной презентации  Упражнения и игры  *Мини лекция с применением мультимедийной презентации*  *Упражнения и игры*  *Мини лекция с применением мультимедийной презентации*  *Ответы на вопросы по теме* | 5 мин  5-7 мин  60 мин  40 мин  10 минут  40 минут  10 минут  40 мин  20 мин  10 мин |
|  |
| Здравствуйте коллеги, мы продолжаем наш семинар и переходим к его практической части. И для этого нам необходимо объединиться в команды. А сделаем мы это с помощью **игры «Сортировка»**  Участники семинара стоят в кругу. Ведущий заранее определяет сколько подгрупп ему необходимо для дальнейшей работы. На подносе лежат карточки с названием с пиктограммами (или картинками сказочных героев) обозначающими эмоции «радость», «грусть», «злость». Задача участников объединиться по эмоциями, изображенным на карточках.  **1-я часть задания:** Пройдите к столам. На столах лежат кейсы с заданиями и инфокарты. Вам необходимо будет составить конспект НОД с использованием игр, способствующих развитию эмоционального интеллекта у детей старшего дошкольного возраста. По итогу вашего обсуждения необходимо будет представить результат работы, обыграть данный НОД с членами другой подгруппы.  **Команда «Радость»:** Составить конспект сюжетно-ролевой игры с использованием игр и упражнений для развития поведенческого компонента эмоционального интеллекта.  **Команда «Грусть»:** Составить конспект НОД по ИЗО с использованием игр и упражнений, направленных на эмоциональное реагирование и эмоциональную экспрессию.  **Команда «Злость»:** Составить мини-тренинг для детей по осознанию детьми собственных эмоций и установлению причинно-следственных связей «событие-ситуация- причина».  **2-я часть задания:** Каждая команда представляет результат своей работы, задача показать присутствующим  области применения игр и упражнений для развития эмоционального интеллекта. Защита своей работы: эксперт задает дополнительные вопросы.  **Вопросы для защиты интеллектуальных карт:**   1. Подумайте и скажите, сложно ли было подбирать и включать игры и упражнения по развитию эмоционального интеллекта для составления конспектов сюжетно-ролевых игр (НОД, мини-тренинга); 2. Соответствуют ли, поставленные вами задачи теме вашего конспекта сюжетно-ролевой игре (НОД, мини-тренинга); 3. Соответствуют ли выбранные вами игры и упражнения поставленным задачам вашей работы; 4. Насколько использование игр и упражнений для развития эмоционального интеллекта эффективно в данной области.   **Рефлексия:**  **«Чему Я научился»**  Я предлагаю вам сейчас подумать над тем, что вы приобрели, работая в подгруппе. Пожалуйста, допишите по выбору любое из неоконченных предложений, представленных на плакате.  Предлагается большой лист бумаги со следующими неоконченными предложениями:  Я научился... Я узнал, что... Я нашел подтверждение тому, что... Я обнаружил, что... Я был удивлен тем, что...  В каком еще виде деятельности, на ваш взгляд, возможно использование представленных методов?  Продолжите предложение «Представленные методы для меня…» | | Объединение педагогов в подгруппы  Мастерская  Представление и обсуждение результатов  Рефлексия | 5 мин  10 мин  60 мин  1 час 30 мин |

**Используемая литература:**

1. Гоулман Д. «Эмоциональный интеллект» / Дэниел Гоулман - М.: ACT: ACT МОСКВА; 2009 г.
2. Изард К.Э. Психология эмоций – СПб: Издательство «Питер», 1999 г.
3. Манойлова М.А. «Развитие эмоционального интеллекта будущих педагогов» -Псков: ПГПИ, 2004 г.
4. Мардер Л.Д. «Цветной мир» арт-терапевтическая работа – М.: Генезис, 2007 г.
5. Чистякова М.И. Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова.—2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995
6. Шабанов С., Алешина А. «Эмоциональный интеллект» -М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2018 г.

**Приложение № 1**

**Игры и упражнения по формированию эмоционального реагирования и эмоциональной экспрессии**

###### **Игра «Дождь и дождик»**

Ведущий с помощью «волшебной палочки» превращает участников в капли дождя. Затем ведущий читает текст и заостряет внимание на том, что дождь бывает разный.

Вот появилась тяжелая, черная грозовая туча, и на землю медленно стал капать злой и страшный дождь.

*Ведущий предлагает участникам изобразить грозовой дождь.*

Вот ветер принес другую тучу, и пошел частый, моросящий, очень грустный, тоскливый дождь.

*Участники изображают «грустный», моросящий дождь.*

Однажды, в теплый летний день на землю полил веселый, шумный, озорной дождь! Он барабанил по крышам домов, как бы просил всех выглянуть в окно и порадоваться его приходу!

*Участники изображают «веселый» дождик.*

В заключение педагог предлагает нарисовать на листочках разные «настроения» дождя: злой, грустный, веселый

**Упражнение «Рисуем под музыку»**

**Материалы:** музыкальное произведение, лист бумаги для рисования, восковые мелки.

Перед вами лежат листы и восковые мелки, предлагаю вам послушать музыкальное произведение и нарисовать на листе бумаги все образы, всплывающие в вашем воображении.

**Упражнение «Разноцветные эмоции»**

**Материал:** пиктограммы, набор восковых мелков, листы для рисования.

На экране всплывают по очереди пиктограммы с разными эмоциями. Задача участников определить для себя соответствующий пиктограмме цвет мелка и нарисовать на листочке этим мелком картинку-ассоциацию.

**Игры и упражнения по формированию осознания и называния эмоциональных состояний**

**«Придумай причину».**

Эмоциональное состояние человека рассматривается как динамическая характеристика. Наше настроение постоянно меняется. Как вы думаете, что влияет на наши эмоции? Посмотрите на пиктограмму с эмоцией и скажите, какая ситуация может вызвать у вас такие эмоции. (См. Приложение 2)

Педагог показывает пиктограмму, дети называют эмоциональное состояние человека или животного и стараются объяснить, почему оно может возникнуть *(медведь рассердился, потому что его разбудили, девочка смеется, потому что ей купили куклу и т.д.*)

**Упражнение «Наши эмоции»**

Материалы: пиктограммы эмоций, мимические описания эмоций.

Ребята, как вы думаете, можно ли определить настроение другого человека?

И действительно, можно. Ведь наше лицо выдает все наши эмоции, с помощью мимических реакций. Мимические реакции – это выразительные движения мышц лица.

Задание: И я предлагаю вам соотнести эмоцию с ее мимическим описанием. (См. Приложение 2)

**Игра «Волшебный словарь»**

**Цель:** учить детей подбирать слова к эмоциональному состоянию человека, сказочного героя, активизация в речи детей существительных и прилагательных.

**Материалы:** карточки со сказочными героями с разным настроением.

В центре стола лежит колода карточек со сказочными героями, испытывающих разные эмоциональные состояния. Ребенок берет по очереди карточку, смотрит на нее, определяет эмоциональное состояние героя и старается передать это эмоциональное состояние с помощью мимики и жестов. Задача остальных, отгадать какое эмоциональное состояние показывает ребенок.

**Примечание:** Если дети отгадали, то ребенок показывает свою карточку остальным и оставляет около себя. Если не отгадали, то карточка возвращается в колоду.

В конце подсчитывается, количество показанных карточек.

**Ирга «Животные эмоции»**

Наши эмоции разнообразны и многогранны. И очень часто при описании своего эмоционального состояния люди используют сравнение с животными.

Предлагаю вспомнить наши фразеологизмы, которые помогают выразить ярко, красочно, а главное понятно выразить свои эмоции собеседнику?

Предварительно, с детьми необходимо обсудить слова-помощники и выделить черты характера каждого животного, т.к. волк, лев, удав, обезьяна, заяц, тигр, бык и др.

Непоседливый как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Злой как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Хитрый как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спокойный как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Свирепый как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Жить как \_\_\_\_\_\_\_\_ с \_\_\_\_\_\_\_\_\_

Испуганный как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Спокойный как \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Игры и упражнения по формированию поведенческого компонента эмоционального интеллекта**

**«Что там происходят?»**

Мальчики стояли в тесном кружке и что-то делали, наклонив головы вниз. В нескольких шагах от них остановилась девочке. «Что там происходит?» — подумала она, но ближе подойти не решилась. Выразительные движения. Голову поворачивать в сторону происходящего действия, пристальный взгляд. П о з а. Выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела

**«Сосредоточенность»**

Командир сидит за столом и внимательно изучает карту. Он обдумывает план наступления на врага. Выразительные движения. Левой рукой упереться локтем о стол и поддерживать голову, наклоненную влево; указательным пальцем левой руки двигать по воображаемой карте. Мимика. Слегка сощуренные глаза, нижняя губа закушена.

**«Встреча с другом»**

У мальчика был друг. Но вот настало лето, и им пришлось расстаться. Мальчик остался в городе, а его друг уехал с родителями на юг. Скучно в городе без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу! Выразительные движения. Объятие, улыбка.

**«Робкий ребенок»**

Ребенок первый день в детском саду. Он робеет. Ему кажется, что воспитательница им недовольна, а дети вот-вот обидят. Выразительные движения. Сидеть на кончике стула очень прямо, колени сдвинуть, пятки и носки сомкнуть, локти прижать к телу, ладони положить на колени, голову опустить. Во время этюда звучит музыка Н. Римского-Корсакова «Сидел Ваня».

**Ситуация «Отгадай-ка интерес!»**

*Здесь нам все так интересно,*

*Здесь так весело, чудесно!*

Ребята предлагаю вам представить детям свой интерес, каждое слово «здесь», заменяется на слова, которые обозначают место, где вам интересно: в лесу, на море, в зоопарке, на стадионе, в самолете и т.д. Расскажите почему вам там интересно.

Приложение № 2

****

1. Чистякова М.И. Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова.—2-е изд.- М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995 [↑](#endnote-ref-1)