**Проект**

**«Положительные эмоции»**

**Актуальность проекта:**

Сейчас дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они всегда не способны не только понять чужие эмоции, но и осознать свои, не могут выразить свои чувства, а если и выражают их, то зачастую в резкой форме. Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. К тому же обеднённая эмоциональная сфера является причиной замедления развития сферы интеллектуальной. У детей с угнетённой эмоциональной сферой процесс социализации проходит довольно трудно, им сложно усвоить правила поведения в обществе, и это может привести к негативным последствиям. Поэтому, эмоции играют важную роль в жизни детей. Проявляясь в поведении, они информируют взрослого о том, что ребёнку нравится, что сердит, что огорчает. По мере того, как ребёнок растёт, его эмоциональный мир становится богаче и разнообразнее. В последние годы появляется все больше детей с нарушением психоэмоционального развития, к которым относится эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность, тревожность, что приводит к трудностям во взаимоотношениях с окружающими. Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети стали меньше общаться с взрослыми и сверстниками, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. В дошкольном возрасте проявляются различные взаимоотношения – дружеские и конфликтные, здесь выделяются дети, испытывающие трудности в общении. Известно, что общение осуществляется с помощью различных коммуникативных средств. Важную роль при этом играет умение внешне выражать свои внутренние эмоции и правильно понимать эмоциональное состояние собеседника. Надо ли развивать эмоциональную отзывчивость в современном обществе? Безусловно, надо, ведь эмоциональная отзывчивость была и будет отправной точкой развития гуманных чувств. Страшный дефицит нашего времени- дефицит доброты! Данное явление имеет отношение к психологическому здоровью детей. Поэтому считаю работу, направленную на развитие эмоциональной сферы актуальной.

Изучением проблем эмоционального развития дошкольников занимались такие ученные как: Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, B.C. Мухина, А.А. Смирнова, Л.Ф. Обухова, А.В. Запорожец, C.JL Рубинштейн, М.Ю. Лебединский, Р.Б., С.А. Козлова, В.А. Петровский, А.М. Виноградова, Е.С. Евдокимова, С.В. Кульневич, А.С. Белкина, Е.В. Бондаревская, И.С. Якиманская, Т.А. Репина, Г. Степанова, М.И. Лисина, К.Д. Ушинский и др., которые утверждали, что положительные эмоции создают оптимальные условия для познания мира.

**Цель проекта**: способствовать развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста.

**Задачи проекта:**

-формировать представления о разделении эмоций на положительные и отрицательные;

- научить детей понимать собственное эмоциональное состояние;

- формировать умения выражать свои чувства и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации;

- формировать осознание собственной ценности, умение принимать себя такими, какие есть, доверять себе и другим людям;

- развивать навыки совместной деятельности, общения.

- вовлечь родителей в процесс совместной работы над проектом.

**Участники проекта**: дети старшей группы, воспитатели, родители.

**Тип проекта**: практико-ориентированный.

**Вид проекта**: средне-срочный (2-3 месяца).

**Предполагаемые результаты проекта**:

Дети научились выражать свое эмоциональное состояние вербально, мимикой, в рисунке, движениями; стали лучше понимать эмоциональное состояние других людей; узнали о способах, как выплеснуть свои эмоции и никому не навредить. Расширение у детей круга понимаемых эмоций; дети   эмоционально отзывчивы по отношению к окружающим; повышение уровня саморегуляции; выработка у детей положительных черт характера, способствующих лучшему взаимопониманию при общении.

Родители глубже осознали свою роль в эмоциональном благополучии ребенка.

**Этапы работы над проектом.**

***Подготовительный этап:***

- подбор и анализ методической литературы;

- подготовка дидактического и наглядного материала;

- разработка плана занятий с детьми;

- подбор и разработка для педагогов и родителей консультаций, памяток и буклетов по эмоциональному воспитанию дошкольников;

- подбор аудио-, видеоматериалов, художественной литературы.

**Основной этап:**

Проведение цикла занятий, упражнений и игр с детьми.

Проведение консультаций с родителями.

Семинары-практикумы с педагогами.

**Итоговый этап:**

Проведение развлечения для детей совместно с родителями.

**1 этап реализации проекта: подготовительный** (**сентябрь, 2019г.)**

*Информационно–аналитический*:

- Изучение научно-методической литературы по проблеме, анализ интернет-ресурсов по выбранной теме, обсуждение вопросов актуальности проблемы на сегодняшний день.

В ходе анализа научно – методической литературы и имеющегося практического опыта по данной теме были подобраны такие источники:

- АндреенкоТ.А, Алекинова О.В. Развитие эмоциональной отзывчивости старших дошкольников.

- Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры.

- Семенака С.И. Учимся сочувствовать, сопереживать.

- Чистякова М.И. Психогимнастика.

*Организация развивающей предметно-пространственной среды в группе:*

Дидактические игры «Лото эмоций», «Конструктор эмоций». Созданы и размещены в группе «Уголок эмоций», «Цветок успеха». Для ознакомления и рассматривания: книги, журналы, семейные фотоальбомы, «Альбом эмоций».

1. **этап реализации проекта – практический (октябрь, 2019г.).**

***Работа с детьми:***

- *Беседы с детьми*: «Что такое эмоции», «Какие бывают эмоции», «Как можно узнать настроение человека», «Когда мне грустно. Когда мне радостно», «Нужно ли ссориться».

- этические беседы на тему дружбы и доброго отношения к окружающим.

*- ООД* «Спешите делать добро». Ц: Познакомить со способами разрешения конфликта, а также способами управления и регуляции своих эмоций.

- *ООД «Наше хорошее настроение»*. Ц: умение выражать эмоции «радость»; создание доброжелательной атмосферы в группе; развивать активный словарь эмоциональных состояний.

- *психогимнастика.*

**- *Игровые упражнения по развитию мимики:***

• «Съели кислый лимон*»* (дети морщатся).

• «Рассердились на драчуна*»* (сдвигают брови).

• «Встретили знакомую девочку*»* (улыбаются).

• “Испугались забияку*»* (приподнимают брови, широко открывают глаза, приоткрывают рот).

• «Удивились*»* (приподнимают брови, широко открывают глаза).

• «Обиделись*»* (опускают уголки губ).

• «Умеем лукавить*»* (моргают то правым глазом, то левым).

**- *Игровые упражнения по развитию пантомимики:***

• «Расцвели, как цветы*»*, «Завяли, как травка*»*, «Полетим, как птицы*»*, «Идет медведь по лесу*»*, «Крадется волк за зайцем*»*, «Плывут уточки*»*, «Идут пингвины*»*, «Жук перевернулся на спину*»*, «Скачут лошадки*»* («рысью*»*, «галопом*»*), «Мчатся олени*»*.

**- *Этюды*** «***Тренируем эмоции****»* Цель: дать детям понятие о разделении эмоций на положительные и отрицательные;

**Нахмуриться к**ак**:**   осенняя туча, рассерженный человек, злая волшебница.

**Улыбнуться, как:**     кот на солнце,       само солнце,       как Буратино,      как хитрая лиса,        как радостный ребенок,        как будто ты увидел чудо.

**Позлись, как:**    ребенок, у которого отняли мороженое,      как человек, которого ударили.

**Испугайся, как:**       ребенок, потерявшийся в лесу,       заяц, увидевший волка,        котенок, на которого лает собака.

**Устань, как:**   папа после работы,        муравей, поднявший тяжелый груз,

**Отдохни, как:**     турист, снявший тяжелый рюкзак,        ребенок, который много потрудился, но помог маме,        как уставший воин после победы.

#### - Игры и педагогические ситуации на развитие эмоциональной отзывчивости:

«Это я, узнай меня**».** Ц: Снятие эмоционального напряжения, агрессии, развитие эмпатии, тактильного восприятия, создание положительного эмоционального климата в группе.

«Подарки**»,** «Подари радость другому**».** Ц: развитие умение доставлять друг другу радость, быть доброжелательным.

«Волшебный цветок» Ц: подбирать к музыке оттенки настроения, умение различать эмоциональные состояния на примере музыкальных произведений.

**«**Радостная песенка**»**. Цель: положительный настрой, развитие чувства единства.

«Постарайся отгадать». Ц: Развитие эмпатии, умения соразмерять свои движения, развитие навыков общения, сплочение группы.

«Танцуем вместе**»**. Цель: изменение эмоционального состояния музыкальными средствами, эмоциональная разрядка, сближение детей, развитие внимания.

**«**Помоги сверстнику**»**, «Две подруги». Цель**:** Развивать умение замечать ребенком эмоциональное неблагополучие сверстника и оказывать ему посильную помощь.

«Поссорились и помирились» Ц: умение выражать свои эмоции, выразительность движений).

- *Дид.игры* «Волшебный мешочек», «Лото настроений», «Конструктор эмоций».

- *проигрывание различных ситуаций (на формирование адекватных форм поведения).*

- *упражнения на развитие словаря эмоций* (придумывание окончания фраз «Мне весело, когда …», «Я удивляюсь, когда …»);

**- *Чтение, обсуждение, инсценировка художественных произведений и стихотворений.* Ц:** Развитие умение услышать, увидеть, почувствовать и пережить различные эмоциональные состояния и поведения героев, предложенные в литературных произведениях.

**В. Осеева. Рассказы для детей** («Синие листья», «Плохо», «Чего нельзя, того нельзя», «Бабушка и внучка», «Печенье», «Обидчики», «Кто наказал его?».

**В. Г. Сутеев. Сказки и рассказы («Кот-рыболов», «Под грибом», «Яблоко».)**

**Носов Н. Рассказы («Живая шляпа», «Огурцы»…)**

Л. Толстой «Два товарища», «Котенок», «Три медведя».

Р.Н.С. «Гуси-лебели».

Стихи (М. Яснов «Мирная считалка», Б. Вайтер «Доброе слово»

- Знакомство с пословицами и поговорками о доброте, вежливости, настроении.

- *Театрализованная деятельность* (драматизации отрывков из сказки К. Чуковского «Федорино горе», «Мойдодыр», Л. Толстого «Три медведя»).

***- Работа с пиктограммами*. Ц: развитие способности определять эмоциональное состояние по схематическим изображениям («Прочитай письмо», «Волшебные шары», «Кубик эмоций», «Найди пиктограмму»…)**

- *просмотр и обсуждение фрагментов знакомых мультфильмов* («Лунтик», «Уроки доброты от тетушки Совы», «Ссора Топа и Тутти»).

- *прослушивание музыкальных произведений*, детских пьес П. Чайковского «Новая кукла», С. Майкапара «Тревожная минута», «Раздумье», С. Прокофьева «Петя и волк», Мусоргского М. «Картинки с выставки», Вивальди А. «Времена года».

- *Продуктивная деятельность.*

ООД: Рисование «Цветок настроений», «Облако эмоций», «Мои страшилки», Лепка «Веселый и грустный клоун».

- *Подвижные игры*: «Волшебный стул», «Море волнуется», «Хоровод сказочных героев».

- *Развлечение с детьми* «Путешествие с феей Доброты по сказочной стране».

- Участие воспитанников группы во Всероссийском конкурсе детского творчества «Чувства, эмоции человека».

**Работа с родителями.**

- *Консультации* «Влияние отношения взрослого на эмоциональное развитие ребенка-дошкольника», «В мире детских эмоций», «Как научить вежливости», «Ребёнок-зеркало семьи», «Дети и родители: как мы разговариваем», «Правила поведения в процессе общения с детьми».

*Круглый стол* «Детско-родительские отношения как фактор, оказывающий влияние на эмоциональную отзывчивость детей».

*Тренинг* «Управление эмоциональным состоянием».

*Памятки*для родителей по развитию эмоциональной отзывчивости ребенка.

**Работа с педагогами:**

*Консультации* «Возрастные особенности развития эмоций и чувств», «Эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста», «Влияние эмоций на здоровье».

*Семинар- практикум* «Как формировать у ребенка социальные эмоции».

**Итоговый этап: (ноябрь, 2019г)**

- Изготовление книжек-малышек «Вежливые слова- добрые эмоции», «Волшебные извинялочки».

- Альбом со стишками «Примирялки и прощалки».

-Детско-родительский досуг «В стране добрых эмоций».

**Результаты проектной деятельности:**

Дошкольники научились выражать свои чувства, эмоции и распознавать чувства других людей через мимику, жесты, выразительные движения, интонации; усовершенствовались навыки взаимопомощи, дети способны к сопереживанию и сочувствию другим людям, пониманию их внутренних состояний. Повысился уровень эмоционального развития и отзывчивости детей, умение откликаться на события, явления окружающей жизни. Повышена компетентность педагогов и родителей в области развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста.