

МБДОУ – детский сад № 29

**ПРОЕКТ**  
**«Наши эмоции»**  
**Краткосрочный (1 месяц)**  
для детей старшей группы

**Автор: педагог-психолог МБДОУ –детский сад № 29**  
**Курцева Н.В.**

2022-2023 г.

**Тема проекта:** «Наши эмоции».

**Вид проекта:** групповой.

**Тип проекта:** практико-ориентированный.

**Продолжительность:** 1 месяц

**Участники проекта:** педагог-психолог, воспитатели, дети старшего дошкольного возраста, родители.

**Цель проекта:** Познакомить детей с миром эмоций, чувств и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния. Развивать умение общаться, понимать чувства других людей, сочувствовать им, адекватно реагировать в сложных ситуациях, находить выход из конфликта.

**Задачи проекта:**

- познакомить детей с основными эмоциями: интересом, радостью, удивлением, грустью, гневом, страхом, стыдом;
- обогащать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения;
- научить соотносить эмоции с цветом, явлениями, предметами и выражать их художественными средствами;
- учить определять эмоциональное состояние других по мимике и пантомимике;
- развивать способность делиться своими переживаниями, описывать свои эмоции и чувства;
- формировать умение контролировать свои эмоциональные реакции;
- учить сотрудничать при выполнении совместных задач;
- развитие умения услышать, увидеть, почувствовать и пережить различные эмоциональные состояния, предложенные в мультфильмах;
- сформировать представления о положительных и отрицательных эмоциях.

**Актуальность:**

Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны осознать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения. У детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выражать своё эмоциональное состояние. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т.д.

Эмоции играют важную роль в жизни детей, помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Ребёнок - дошкольник очень впечатлителен, у него ярко прослеживается неотделимость эмоций от процессов восприятия, воображения, мышления. Эмоции оказывают влияние на все формы активности детей, окрашивают общение, процесс познания, отражения действительности, дают возможность наиболее ярко раскрыться, самореализоваться в деятельности.

Таким образом, эмоциональное развитие дошкольников в настоящее время - одна из актуальных проблем, которая должна решаться сегодня всеми, кто имеет отношение к детям.

**Краткое изложение проекта:** данный проект реализуется на базе МБДОУ - детский сад № 29

Проект направлен на развитие эмоциональной сферы, гармонизацию отношений детей старшего дошкольного возраста, умение понимать свое эмоциональное состояние, распознавать чувства других людей, формирование эмоционального отношения к действительности и людям. В процессе проекта будут рассмотрены основные эмоциональные состояния (радость, грусть, печаль, гнев и т.д.). Дети смогут смоделировать социальные ситуации для конкретного эмоционального состояния и способы поведения в нем.

Проект способствует активизации работы с родителями по изучению и закреплению знаний о развитии эмоциональной сферы ребенка, формирование готовности родителей к сотрудничеству с ДОУ.

Результат проекта – совместная деятельность родителей с детьми: конкурс поделок «Эмоции глазами детей».

После завершения проекта педагогом-психологом, воспитателями совместно с родителями будет изготовлен «Экран эмоций» для выражения детских эмоций на протяжении всего дня.

**Материалы по сопровождению проектной деятельности:**

- Игры на развитие эмоциональной сферы ребёнка:  
упражнения на релаксацию;  
арт-терапевтическое упражнение.
- Игры и педагогические ситуации на развитие эмоциональной отзывчивости.
- Упражнения на развитие мимики.
- Упражнения по развитию пантомимики.
- Упражнения «Тренируем эмоции».
- Чтение, обсуждение художественных произведений.
- Демонстрационный материал «Поступки».
- Просмотр мультфильмов, обсуждения.

**Продукт проектной деятельности:** объёмные и плоскостные поделки на конкурс «Эмоции глазами детей».

**Предполагаемые итоги реализации проекта:**

- повышение уровня эмоционального развития детей;
- преобладание положительных эмоций;
- проявление дружеских отношений со сверстниками;
- понимание чувств других людей; чувства приобретают устойчивость;
- приобретение умений и навыков в проявлении сдерживания бурных и резких выражений своих чувств;
- формирование адекватной эмоциональной реакции ребёнка на конкретную ситуацию;
- заинтересованность родителей, как участников образовательного процесса;
- эффективное и рациональное взаимодействие всех участников образовательного процесса.

## План проекта:

### Подготовительный этап

- Наблюдение за детьми в разных видах деятельности и опрос.
- Опрос родителей по теме: «Какие черты вы в первую очередь пытаетесь воспитывать в своем ребенке?».
- Подбор информационных ресурсов по теме проекта (методическая и художественная литература).
- Наглядный материал; мультимедиа.
- Подбор игр и упражнений на развитие эмоциональной сферы.

### Основной этап

- дидактические игры;
- сюжетно-ролевые игры;
- речевые игры; рисование; лепка; игры на развитие эмоциональной сферы; педагогические ситуации на развитие эмоциональной отзывчивости; чтение и обсуждение художественных произведений; просмотр мультфильмов.

### Завершающий этап

- Совместная деятельность воспитателей совместно с детьми выставка рисунков «Эмоции глазами детей».

## План проекта

Недели	Совместная деятельность педагога-психолога, воспитателя и детей	Взаимодействие с родителями
1	<p><b>1. Беседа об эмоциональных ситуациях.</b> <b>Цель:</b> Выявить наличие сформированных знаний о социальных эмоциях. <b>Проведение исследования:</b> наблюдение за детьми в разных видах деятельности, опрос по теме. <b>Примерные вопросы:</b> Можно ли смеяться, если твой товарищ упал? Почему? Можно ли обижать животных? Почему? Нужно ли делиться игрушками с другими детьми? Почему? Если ты сломал игрушку, а воспитатель подумал на другого ребенка, нужно ли сказать, что это ты виноват? Почему? Можно ли шуметь когда другие отдыхают? Почему? Можно ли драться, если другой ребенок отобрал у тебя игрушку? Почему?</p> <p><b>2. Игровые упражнения по развитию мимики.</b></p>	Опрос родителей по теме: «Какие черты вы в первую очередь пытаетесь воспитывать в своем ребенке?»

	<p><u>Цель:</u> Развивать у детей внимание, умение различать эмоциональный настрой речи. Развивать умение передавать голосом определённое эмоциональное состояние, настроение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Съели кислый лимон» (дети морщатся).</li> <li>• «Рассердились на драчуна» (сдвигают брови).</li> <li>• «Встретили знакомую девочку» (улыбаются).</li> </ul> <p>3. <b>Д/игра «Угадай эмоцию».</b></p> <p><u>Цель:</u> научить распознавать схематичное изображение эмоции и уметь передать ее с помощью средств невербального общения.</p> <p><u>Описание игры:</u> На столе картинкой вниз выкладываются схематические изображения эмоций. Дети берут по очереди любую карточку, не показывая ее остальным. Задача ребенка: по схеме узнать эмоцию, настроение и изобразить ее с помощью мимики, пантомимики, голосовых интонаций. Взрослый просит ребенка придумать (вспомнить) ситуацию, в которой возникает эта эмоция. Остальные дети (зрители) должны угадать, какую эмоцию переживает, изображает ребенок, что происходит в его мини-сценке.</p> <p>4. <b>Чтение художественной литературы. В. Осеева «Обидчики».</b></p> <p><u>Цель:</u> Развивать умение услышать, увидеть, почувствовать и пережить различные эмоциональные состояния, предложенные в литературных произведениях; ставить себя на место героев произведений; развивать умения оценивать ситуацию и поведение героев с моральной точки зрения; учить продумывать различные варианты поведения героев и находить оптимальный для данной ситуации.</p>	
2	<p><b>1. Беседа на тему «Для чего нужны друзья?»</b></p> <p><u>Цель:</u> продолжать укреплять дружественные отношения в детском коллективе.</p> <p><u>Задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создавать условия для дружественного общения детей и взрослых;</li> <li>- учить детей внимательно и терпеливо относиться друг к другу: стараться выслушивать до конца мнение товарища, не перебивать;</li> <li>- учить толерантности;</li> </ul>	

- способствовать сплочению детей посредством игры;
- развивать стремление высказывать свою точку зрения при обсуждении;
- воспитывать в детях чувство милосердия и сострадания;
- воспитывать желание действовать сообща.

## **2. Упражнения "Тренируем эмоции"**

Цель: Научиться понимать эмоции других, выразить собственные эмоции и чувства.

### **Нахмуриться как:**

- 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,
- два барана на мосту,
- 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.

## **3. Рисование «наши эмоции».**

**Составление рассказов по сюжетным картинкам о разных поступках людей.**

Цель: Обучение связному, последовательному изложению событий по серии сюжетных картин. Задачи:

Образовательные: Учить передавать сюжет, заложенный в серии картин.

	<p><u>Развивающие:</u> Развивать способность самостоятельно придумывать события.</p> <p><u>Воспитательные:</u> Воспитывать уважение к чужому труду. Развивать наблюдательность.</p>	
3	<p><b>1.Беседа «Как узнать настроение».</b>  <u>Цель:</u> Систематизировать представления детей о настроении человека.          Развивать умение узнавать настроение по выражению лица.          Воспитывать желание дарить другим положительные эмоции</p> <p><b>2.Игровые упражнения по развитию пантомимики</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Расцвели, как цветы».</li> <li>• «Завяли, как травка».</li> <li>• «Полетим, как птицы».</li> <li>• «Идет медведь по лесу».</li> <li>• «Крадется волк за зайцем».</li> <li>• «Плывут уточки».</li> <li>• «Идут пингвины».</li> <li>• «Жук перевернулся на спину».</li> <li>• «Скачут лошадки» («рысью», «галопом»).</li> <li>• «Мчатся олени»</li> </ul> <p><b>3. Складывание разрезных картинок.</b>  <u>Цель:</u> учить складывать целое из частей, угадывать полученную эмоцию.</p> <p><b>4. Речевая игра «Расскажи стихотворение в разном настроении».</b>  <u>Цель:</u> учить рассказывать стихотворение, используя, предложенную воспитателем эмоцию (грустно, радостно и т.д.)</p> <p><b>5. Игры и педагогические ситуации на развитие эмоциональной отзывчивости.</b></p> <p><b>«Танцуем вместе»</b>  <u>Цель:</u> изменение эмоционального состояния музыкальными средствами, эмоциональная разрядка, сближение детей, развитие внимания, межполушарного взаимодействия.</p> <p><u>Описание игры:</u> - Музыкальные движения повышают настроенье.</p> <p>Некогда нам унывать – будем дружно танцевать.          Звучит песня «Танец маленьких утят»          Во время припева нужно найти себе пару и,</p>	

	сцепившись руками, кружиться.	
4	<p><b>1. Беседа на тему: «Что такое хорошо, и что такое плохо».</b></p> <p><b>Игровые упражнения по развитию мимики</b></p> <p><u>Цель:</u> Развивать у детей внимание, умение различать эмоциональный настрой речи. Развивать умение передавать голосом определённое эмоциональное состояние, настроение.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• «Испугались забияку» (<i>приподнимают брови, широко открывают глаза, приоткрывают рот</i>).</li> <li>• «Удивились» (<i>приподнимают брови, широко открывают глаза</i>).</li> <li>• «Обиделись» (<i>опускают уголки губ</i>).</li> <li>• «Умеем лукавить» (<i>моргают то правым глазом, то левым</i>).</li> </ul> <p><b>2. Игры на развитие эмоциональной сферы ребенка.</b></p> <p><b>Арт-терапевтическое упражнение «Чудесный край»</b></p> <p><u>Цель:</u> выражение чувств и эмоций через совместную изобразительную деятельность, сплочение детского коллектива.</p> <p><u>Описание игры:</u></p> <p>- А сейчас давайте вместе нарисуем край чудесный.</p> <p>Детям предлагается выполнить совместный рисунок на большом листе бумаги, который расстилается прямо на полу. Тема рисунка «Чудесный край». Предварительно на листе рисуются детали и небольшие линии. Дети дорисовывают неоконченные изображения, «превращают» их во что угодно. Совместное рисование сопровождается звуками природы.</p> <p><b>3. Упражнение «Дорисуй портрет»</b></p> <p><u>Цель:</u> закрепить полученные знания.</p> <p>Детям предлагают дорисовать предложенными эмоциями лица детей.</p>	<p><b>Консультация для родителей на тему: «Мультитерапия. Развитие эмоциональной и нравственной сферы ребенка».</b></p> <p><u>Предложить к просмотру с детьми мультфильмы:</u></p> <p>«Леопольд»; Крокодил Гена»; Паровозик из Ромашково»; Мойдодыр»; «Заяц – хвоста»; «Сказка о старом Эхо»; «Ничуть не страшно»; «Морозко».</p>