*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №7 «Ёлочка» станицы Березанской муниципального образования Выселковский район*

**Семинар-тренинг**

**«Формирование эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста в процессе игровой деятельности»**

Подготовила:

старший воспитатель

Перерва О.П.

Цель: Расширять представления педагогов о формировании эмоционального интеллекта.

Задачи:

1.Ознакомить педагогов с некоторыми образцами игр с ребенком.

2. Вовлечь педагогов в игровую деятельность.

Целевая аудитория: педагоги дошкольной образовательной организации.

Оборудование: бейджики, мячик, листы бумаги формата А4, цветные карандаши, восковые мелки, музыка «В море ветер, в море бури...»

*Ход встречи*

Организационный этап

1. Оформление бейджиков.

2. Знакомство с аудиторией, информирование о семинаре-практикуме.

2. Игра «Комплимент»

Цель: познакомить участников друг с другом, сформировать у них положительный настрой. Участники сидят в кругу. Каждый участник представляется, и передавая, соседу живой цветок, говорит комплимент.

Добрый день, уважаемые коллеги! Тема моего семинара-практикума «Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста». Проблема современного общества в том, что растет число людей, страдающих неврозами, так как неспособность понимать свои эмоции и эмоции других людей, правильно оценивать реакцию окружающих, а также неумение регулировать собственные эмоции при принятии решений приводят ко многим жизненным неудачам, мешают надлежащим образом выполнять служебные и семейные обязанности, затрудняют отдых и ухудшают здоровье, нарушают межличностные взаимоотношения.

3. Правила работы в группе. Ведущий озвучивает правило, а участники голосуют. Это могут быть правила: «говорить по одному», «уважать мнение другого», «соблюдать временной регламент» и др.

Основной этап

Один из лучших подарков, который педагоги могут сделать ребенку, - это научить его понимать свои эмоции и управлять ими. Ведь впереди у ребенка путь длиною в жизнь, в котором эмоциональная сфера, эмоциональное лидерство наряду с логикой и мышлением станут его помощником и палочкой выручалочкой в сложных жизненных ситуациях. Понимание своих чувств, чувств других людей владение своими эмоциями – это этапы последовательного формирования и развития эмоционального интеллекта.

Актуальность проблемы обусловлена теми изменениями, которые происходят в российском обществе и образовании, а также потребностью общества в воспитании человека, демонстрирующего социальное поведение в духе общепринятых ценностей и норм, отличающегося мобильностью, динамизмом, конструктивностью, способностью к сотрудничеству. Поэтому для современных людей проблема компетентности в процессах понимания и выражения эмоций стоит достаточно остро.

В реализации ФГОС ДО перед педагогами стоит задача - развитие всех сфер деятельности дошкольников, а одной из приоритетных задач является охрана и укрепление физического и психического здоровья детей в том числе их социально-эмоционального благополучия. В разделе ОО «Социально коммуникативное развитие» отмечена важность развития социального и эмоционально интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками. Требования ФГОС ДО направлены на создание образовательной среды, гарантирующей охрану и укрепление физического и психического здоровья детей и обеспечивающей их эмоциональное благополучие, формирование у них социально- эмоционального интеллекта и требуют от нас, педагогов, использование новых подходов в воспитательно- образовательном процессе.

Область изучения эмоционального интеллекта является сравнительно молодой и насчитывает около одного десятилетия. Однако сегодня этой проблемой занимаются специалисты уже по всему миру. Среди них К. Кенон, Л. Моррис, Э. Ориоли, Д. Карузо, Д. Голман и другие. Впервые термин «эмоциональный интеллект» был употреблен в 1990 году Джоном Мейером и Питером Саловеем.

Одно из определений эмоционального интеллекта, сформулированное этими авторами, звучит как «способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания эмоций и эмоциональных знаний, а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту личности».

Почему эмоции так важны? Жизнь на 10% состоит из того, что происходит со мной, и на 90% из того, как я на это реагирую.

Эмоции играют большую роль в формировании у ребенка способов и приемов овладения любой деятельностью. Иначе говоря, эмоции в значительной степени определяют эффективность обучения, а также принимают участие в становлении любой творческой деятельности ребенка.

Эмоции носящие негативный характер, при определенных условиях способствуют возникновению отрицательных смысловых установок, перестройка которых, по мнению А.Н. Леонтьева и Л.В. Запорожца, возможна лишь при изменении места человека в системе общественной деятельности. Будучи даже не всегда осознаваемыми, это установки тормозят готовность человека действовать активно и в нужном направлении, подавляют его творческий потенциал.

**Игра «Что я чувствую сегодня…»**

Цель: познакомить педагогов с игрой, направленной на осознание и принятие ребенком своих собственных чувств.

Ведущий предлагает участникам рассказать о том, что они чувствовали сегодня: «Сегодня я чувствовала радость (грусть, любопытство, злость…), когда...».

Слайд 7. «Базовые эмоции»

Суть этой игры с ребенком заключается в том, чтобы каждый день ребенок сам выбирал эмоцию сегодняшнего дня. Для этого распечатайте все эмоции любого сказочного персонажа, которые он и будет выбирать для обозначения своих переживаний.

Так, свойственные ребенку положительные эмоциональные реакции (удовольствие, радость, восхищение, симпатия, сострадание) способствуют развитию таких черт характера, как оптимизм, доброжелательность, жизнерадостность, великодушие. Если же закрепляются отрицательные переживания (раздражение, недовольство, отчаяние, разочарование, страх), это может способствовать появлению таких черт личности, как агрессивность, боязливость, малодушие, пессимизм и т.п.

**Упражнение «Мои качества»**

Цель: познакомить педагогов с игрой, направленной на осознание ребенком того, что в каждом человеке есть как отрицательные, так и положительные качества.

Ведущий: Я буду называть качество, а вы жестами будете показывать, есть ли оно у вас:

- положите руки на грудь те, у кого есть искренность;

- встаньте и помашите мне рукой те, в ком есть такое качество как отзывчивость;

- троньте себя за ухо те, в ком встречается лень;

- поднимите руки вверх те, кто умеет радоваться;

- сожмите руки в замок, у кого встречается зависть;

- протяните руки ко мне те, кто очень добрый;

-закройте руками лицо те, кто часто злится;

- встаньте и промаршируйте те, в ком есть такое качество как смелость;

Спасибо за честные ответы.

Обобщение: Детям, после этой игры, нужно обязательно напомнить, что в каждом человеке есть все эти эмоции, нужно лишь уметь раскрыть их.

В структуре эмоционального интеллекта существует два аспекта: внутриличностный (способность управлять собой) и межличностный (способность управлять отношениями с людьми).

Первый аспект образует следующие компоненты: осознание своих чувств, самооценка, уверенность в себе, ответственность, терпимость, самоконтроль, активность, гибкость, заинтересованность, открытость новому опыту, мотивация достижения.

Во второй аспект входят такие компоненты, как коммуникабельность, эмпатия, открытость, способность учитывать и развивать интересы другого человека, уважение к людям, умение работать в команде (группе).

Каждый ребенок развивается в своем темпе – сказываются наследственность, индивидуальный опыт общения, эмоциональные переживания, фактор обучаемости. Творческая игра – универсальное средство для развития всех составляющих эмоционального интеллекта.

Игра – наиболее доступный ребенку и интересный для него способ переработки и выражения впечатлений, знаний и эмоций. Игра – отражение жизни. Здесь все «как будто», «понарошку», но в этой условной обстановке, которая создается воображением ребенка, много настоящего: действия играющих всегда реальны, их чувства, переживания подлинны, искренни. Ребенок знает, что кукла и мишка – только игрушки, но любит их как живых, понимает, что он не «поправдашний» полицейский или пожарник, но чувствует себя смелым полицейским, отважным пожарным, который не боится опасности, по-настоящему гордится своей победой. Подражание взрослым в игре связано с работой воображения. Ребенок не копирует действительность, он комбинирует разные впечатления жизни с личным опытом.

В игре ребенок начинает себя чувствовать членом коллектива, справедливо оценивать действия и поступки своих товарищей и свои собственные.

Творческая коллективная игра является школой воспитания чувств дошкольников. Нравственные качества, сформированные в игре, влияют на поведение ребенка в жизни, в то же время навыки, сложившиеся в процессе повседневного общения детей друг с другом и со взрослыми, получают дальнейшее развитие в игре. Требуется большое искусство воспитателя, чтобы помочь детям организовать игру, которая побуждала бы к хорошим поступкам, вызывала бы лучшие чувства.

К творческим играм относятся игры, в которых ребенок проявляет свою выдумку, инициативу, самостоятельность. Творческие проявления детей в играх разнообразны: от придумывания сюжета до содержания игры, поиска путей реализации замысла до превращения в ролях, заданных литературным произведением. В зависимости от характера творчества детей, от игрового материала, используемого в играх, творческие игры делятся на режиссерские, сюжетно-ролевые, театрализованные, игры со строительным материалом. В этих играх ребенок имеет возможность реализовать свой творческий потенциал. Научить ребенка играть – значит научить жить, ведь с помощью правильно подобранных игр возможно решения задач воспитания и обучения детей, т.к. в игре обучение идет эффективнее, а воспитание – приятнее.

Творческая деятельность является источником развития чувств, глубоких переживаний и открытий ребенка, приобщает его к духовным ценностям, развивая эмоциональную сферу ребенка, заставляют его сочувствовать персонажам, сопереживать разыгрываемые события. «В процессе этого сопереживания, - как отмечал психолог и педагог Б.М. Теплов, - создаются определенные отношения и моральные оценки, имеющие нравственно большую принудительную силу, чем оценки, просто сообщаемые и усваиваемые».

**Дидактическая игра «Продолжи фразу и покажи»**

Цель: формирование социально- эмоционального интеллекта (социальная чуткость, восприимчивость), логического мышления, творческого воображения Выступающий задает вопросы, а участники отвечают.  
-Если на улице холодно, то вы надеваете *(шапку, рукавицы…)*

-Если вы увидите, что сильный обижает слабого, то как поступите вы*? (приду на помощь, вызову милицию…)*

-Если увидите бездомного котенка, что вы сделаете?*(заберу домой, покормлю… )*

*-*Если вашему другу плохо, он плачет. Что делать? (*Поговорить, утешить ..)*

Если у вас дома отдыхают родные, которые пришли после работы или болеют*,*что будете делать вы*? (Посижу тихонько почитаю, уйду в другую комнату…)*

Данную игру можно усложнить, если применить интерактивную педагогическую технологию «В парах», тогда один ребенок задает вопрос, а другой продолжает:

*- «Если бы я увидел…, то я бы сделал...А как поступил бы ты? А я бы сделал так..)*

- Коллеги! Быть внимательными и проявлять внимание – это значит становиться лучше с каждым днём. Обращайте больше внимания на настроение ваших родных, близких и друзей, помогайте. Проявляйте больше внимательности к своим воспитанникам и родителям своих воспитанников.

**Дидактическая игра «Пирамида любви»**

Цель: воспитывать уважительное, заботливое отношение к миру и людям; развивать социально- эмоционального интеллекта (социальная чуткость, восприимчивость)

Каждый из нас что-то или кого-то любит; всем нам присуще это чувство, и все мы по-разному его выражаем. Я люблю свою семью, своих детей, свой дом, свой город, свою работу. Назовите и вы, кого и что любите. Вы будете называть, а я строить «пирамиду любви» (*Ответы педагогов).* Я назову что, что я люблю и положу первый кубик, затем каждый из вас будет называть своё любимое и кубики будут добавляться. (*Ответы педагогов).*

Посмотрите, какая большая, высокая у нас получилась пирамида. Большая и высокая она потому, что мы любимы и любим сами. Вместе с любовью мы ощущаем радость Они приходит к нам, когда мы занимаемся тем, что нам нравиться и мы любим, когда у нас всё получается, когда рядом с нами близкие люди. Эти чувства помогают нам чувствовать, что мы важны и нужны друг другу. И она же поддерживает нас в нашем стремлении двигаться к цели. Я желаю вам чтобы и дальше каждый из вас любил и был любимым, радовался жизни, работе.

Коллеги, кроме положительных эмоций, мы испытываем негативные эмоции: страх, боязнь, ужас. С этими чувствами можно бороться.

**Психологическая игра «Воспитай свой страх, ужас, боязнь..»**

Цель: формирование социально- эмоционального интеллекта( самоконтроль- управление собой (способность совладать со своими чувствами, желаниями).  
Я предлагаю вам нарисовать свой негативное чувство *(Педагоги рисуют)*

Готово? А сейчас я хочу, чтобы вы перевоспитали свое негативное чувство (страх, ужас, боязнь и пр.). Для этого нужно сделать его добрым. Подумайте, как это сделать и исправьте. В группе с детьми мы пририсовываем шары, конфеты в руках у страшилки; исправляем злое выражение лица на доброе, улыбчивое; одеваем страшилку в нарядный, веселый костюм – и прочее. (*Педагоги исправляют*)

Исправили? Сомните его как вам захочется. А теперь разверните лист и разгладьте его руками. Посмотрите, сколько заломов осталось на листе, как бы вы его не разглаживали. Каждая обида или конфликт оставляют на наших душах такие же заломы, которые не исчезают уже никогда. Давайте будем как можно бережнее относиться друг к другу и дальше с вами взаимодействовать.

**Заключительный этап**

Итак, мы с вами познакомились с некоторыми приемами, которые направлены на развитие социально- эмоционального интеллекта. Небольшой опыт нашей с вами практической деятельности показал, что знание и умелое использование методов и технологий, направленных на развитие социально- эмоционального интеллекта придает большую эффективность, действенность и результативность в развитии ребенка. В заключении хочется сказать, что важнейшие составляющие социально- эмоционального интеллекта - это умение понять свои эмоции и управлять ими, справляться со сложными и стрессовыми ситуациями, развить и использовать социально- эмоциональный интеллекта в достижении целей, уметь распознавать и признавать чувства других взаимодействовать с окружающими, находить с ними общие точки соприкосновения, иметь  способность представлять себя на месте другого человека, сочувствовать ему, уметь быстро и эффективно реагировать на изменившиеся обстоятельства.

**Упражнение «Пирамида позитивных пожеланий» (или «Коллективное рукопожатие»)**

Ведущий вытягивает вперед руку ладонью вниз и произносит пожелание группе. Участники поочередно кладут ладони на ладонь ведущего с пожеланиями, затем на счет «три» дружно вскидывают руки вверх красиво и позитивно.

Рефлексия: Поделитесь вашими впечатлениями от сегодняшнего занятия.

Спасибо за участие! До свидания, до новых встреч!