Краевое государственное автономное учреждение дополнительного профессионального образования

«Красноярский краевой институт повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования»

**Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста**

**с ОВЗ как одного из условий их успешной социализации в социуме**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**Красноярск - 2023**

**ББК**

Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста

с ОВЗ как одного из условий их успешной социализации в социуме: методические рекомендации/ Н. Г. Ситникова, Н.Б. Тюгаева – Красноярск, 2023. 66 с.

**Рецензенты:**

Методические рекомендации раскрывают актуальность развития эмоционального интеллекта у дошкольников с ОВЗ. В содержании рассмотрены основные этапы развития эмоционального интеллекта у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья дошкольного возраста на примере практики, реализованной педагогами в детском саду.

Адресованы педагогам, методистам ДОО, специалистам, работающим с разными категориями обучающихся в рамках реализации инклюзивного подхода в образовании

Печатается по решению редакционно-издательского совета Красноярского краевого института повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования

© Коллектив авторов, 2023

© Красноярский краевой институт
повышения квалификации и профессиональной переподготовки
работников образования, 2023

Оглавление

Предисловие 4

Значение развития эмоционального интеллекта для образования 6

Развитие эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ в условиях дошкольной образовательной организации9

Практика развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста с ОВЗ13

Игры и упражнения для развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста20

Приложение46

# Заключение62

Библиографический список65

#

**Предисловие**

В последнее время стало популярным говорить о развитии эмоционального интеллекта у детей с ограниченными возможностями здоровья, начиная с детского сада. Объяснить это можно тем, что эмоциональная компетентность играет немаловажную роль в дальнейшем академическом успехе ребенка. И это вполне доказуемо в контексте современных знаний о том, как эмоциональная сфера влияет на внимание, память, способность к обучению, на умение общаться и даже на физическое и умственное здоровье. Считается, что обучающиеся с развитым эмоциональным интеллектом лучше концентрируют внимание, легче налаживают отношения со сверстниками и окружением, более эмпатичны, легче социализируются в обществе.

В педагогической практике в последние годы фиксируется увеличение количества детей с нарушениями психоэмоционального развития, особенно среди детей с ограниченными возможностями развития. К типичным симптомам этих нарушений можно отнести эмоциональную неустойчивость, негативизм, тревожность, плаксивость, что осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром.

Принимая во внимание общедоступное понимание эмоционального интеллекта как способности отслеживать свои эмоции, а также эмоции и чувства других людей, различать их и использовать для руководства своим мышлением и действиями, необходимо признать, что начинать развитие эмоционального интеллекта необходимо с раннего возраста у всех детей. Считается, что в 2–4-летнем возрасте нормативно развивающийся ребенок вполне способен распознавать базовые эмоции: счастье, печаль, грусть, страх. Однако, дети с ОВЗ к таким результатам приходят гораздо позднее, и в большинстве своем только при условии целенаправленно организованной коррекционно-развивающей работы с ними. Исходя из этого, становится понятным, что дети с ОВЗ, при переходе из детского сада в школу могут испытывать колоссальные трудности при адаптации, при выстраивании коммуникации в том случае, если их не научили понимать собственные эмоциональные состояния, выражать их адекватными способами. Трудности увеличиваются и от того, что дети с нарушениями развития затрудняются в понимании и интерпретации эмоций окружающих, а их собственные эмоциональные проявления непонятны окружению. Таким образом, можно предположить, что если эмоциональный интеллект не развивать, то у детей с ограниченными возможностями здоровья могут закрепиться личностные нарушения, выражающиеся в негативном характере способов поведения и общения, а также в деформации личностного роста и низким уровнем адаптивных способностей, что осложнит их переход на новую образовательную ступень, осложнит выстраивание продуктивных социальных связей, необходимых для развития ребенка.

Чтобы избежать возможных трудностей, необходимо как можно раньше, начиная с детского сада, организовать работу по развитию эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ через выстраивание системы взаимодействия специалистов, воспитателей, родителей.

**Значение развития эмоционального интеллекта для образования**

В достаточно распространённый в современном мире термин «Эмоциональный интеллект» общество закладывает сразу несколько показателей, характеризующих умение человека не только распознавать, но и понимать, управлять собственными эмоциями. Кроме того, говоря о развитом эмоциональном интеллекте, мы подразумеваем, что эти умения и способности обязательно переносятся на общение с другими людьми, выражаясь в способности считывать, понимать и влиять на эмоции партнёра по общению.

Изучая взгляды на влияние эмоционального развития и эмоционального интеллекта на развитие личности, обратимся к моделям эмоционального интеллекта, представленным разными учеными. Свой вклад в развитие теории эмоционального интеллекта в начале девяностых годов двадцатого столетия внесли и исследователи П. Саловей и Д. Майер. Согласно их определению, эмоциональный интеллект можно представить, как «форму социального интеллекта, которая включает в себя способность отслеживать свои и чужие эмоции и чувства, различать их и использовать знания о них для того, чтобы управлять своим мышлением и действиями» [1]. По мнению этих исследователей, люди, способные различать психологические ощущения, в сравнении с остальными более приспособлены к управлению собственными эмоциями. Переводя это на язык взаимодействия между людьми, мы можем предположить, что такие люди более приспособлены к окружающей действительности, являются более гибкими и эмпатичными, могут вступать в продуктивную коммуникацию с разными членами общества.

Исследования в области изучения эмоционального интеллекта велись и в отечественной психологии. В свое время над понятием эмоционального интеллекта начинали работать еще Выготский Л.С., Леонтьев А.Н. [3; 6]. Эльконин Д.Б., рассматривая вопросы психического развития ребенка, писал о разрыве между процессами умственного развития и развития личности (в том числе и эмоционального) [9]. Яковлева Е.Л. видела осознание собственной индивидуальности в осознании собственных эмоциональных реакций и состояний, указывающих на индивидуальное отношение к происходящему [11]. В настоящее время исследования эмоционального интеллекта представлены в работах ученых Андреевой И.Н., Ушакова Д.В., Деревянко С.П., Гулевич О.А., Овсянниковой В.В., Е.А. Сергиенко, Белоконь О.В., Люсина Д.В. и других.

В модели эмоционального интеллекта, предложенной Д.В. Люсиным эмоциональный интеллект, определяется как совокупность способностей для понимания своих/чужих эмоций и управления ими [10]. Так с точки зрения ученого, способность к пониманию эмоций означает, что человек может: а) установить факт наличия эмоции у себя, либо у партнёра по общению (распознать ее); б) установить, какую именно эмоцию испытывает он/другой человек, обозначить ее словом (идентифицировать эмоцию); в) понять причины, вызвавшие ту или иную эмоцию, и определить следствия, к которым она приведет. Способность же к управлению эмоциями означает, что человек может контролировать появление и интенсивность возникающих эмоций, воздействуя не только на внешнее выражение эмоции, но и на интенсивность их проявления. И способность к пониманию, и способность к управлению эмоциями могут быть направлены как на собственные эмоции, так и на эмоции других людей. Таким образом, понимание эмоций приводит нас к представлениям о внутриличностном и межличностном эмоциональном интеллекте. Эти два варианта предполагают актуализацию разных когнитивных процессов и навыков, но связаны друг с другом [10]. Недаром, говоря об эмоциональном интеллекте, мы зачастую связываем когнитивные способности и личностные характеристики человека. В этом контексте «эмоциональный интеллект» можно определить как психическое свойство, формирующееся в ходе жизни человека под влиянием ряда факторов, которые обусловливают его уровень и специфические индивидуальные особенности [4].

Теории развития эмоционального интеллекта тесно связаны с изучением проблем современного образования: профилактикой, коррекцией и реабилитацией девиантного поведения у детей, адаптацией и социализацией детей групп риска и детей с ограниченными возможностями здоровья в обществе, повышением стрессоустойчивости у разных групп обучающихся. Указанные проблемы отражают неспособность социализироваться в обществе у разных категорий детей без поддержки специалистов, педагогов. Сопровождая особых детей, обучая проявлять, контролировать свои эмоции, так же, как и считывать их, интерпретировать чувства других людей, можно научить их выстраивать продуктивную учебную коммуникацию, избегать проблем с обучением.

Если взрослые могут работать с собственными эмоциями самостоятельно, то детям не обойтись без помощи значимых для них взрослых: родителей и педагогов. Именно они могут стать проводниками в эмоциональный мир ребенка: научить его понимать собственные эмоции, рассматривать их как возможность коммуникации с окружением, организуя наблюдение за чувствами и совместное их обсуждение. Взрослым, находящимся рядом с ребенком, с самых первых дней общения необходимо проявить внимание к формирующимся чувствам, быть готовыми слушать и учить выражать их приятыми в обществе способами, проявлять понимание и поддержку, учить выражать свои эмоции словесно, помогать справляться с чувствами самостоятельно, при этом делая акцент на безопасность их выражения для себя и окружающих, в дальнейшем – научить брать на себя ответственность за свои действия. Чем раньше эта работа начнется, тем продуктивнее она будет становиться по мере взросления ребенка. Исходя из этого, мы можем предположить, что начинать развивать эмоциональный интеллект ребенка можно уже с дошкольного возраста, используя доверие между ним и родителями, между ним и педагогами дошкольной организации.

**Развитие эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ в условиях дошкольной образовательной организации**

В планируемых результатах дошкольного образования, отраженных в ФГОС ДО[[1]](#footnote-1), одним из приоритетных направлений образовательной области социально-коммуникативного развития, является развитие эмоционального интеллекта. Планируется, что независимо от уровня своего развития, к моменту выпуска из дошкольной организации ребенок сможет активно и эффективно взаимодействовать с окружающим миром, выстраивать теплые, доверительные отношения с окружающими, оказывать помощь, сочувствовать и сопереживать другим людям. Таким образом, можно зафиксировать особую важность и актуальность развития эмоционального интеллекта в дошкольном детстве, когда идет интенсивное эмоциональное развитие детей, становление самосознания, формирование навыка рефлексии и умения правильно интерпретировать эмоциональные состояния окружающих людей, управлять своими эмоциями, вступая в продуктивную коммуникацию.

С каждым годом фиксируется увеличение количества детей с ОВЗ, которые в силу разнообразных особенностей развития испытывают затруднения в понимании и обозначении эмоций. Эмоции современных детей, особенно детей с ограниченными возможностями здоровья, мало дифференцированы. Дети испытывают сложности в распознавании, назывании, объяснении своих эмоциональных состояний и состояний окружающих их людей. Это находит свое отражение в трудностях во взаимоотношениях с окружающим миром. Причинами этому являются многие факторы, как биологические, так и социальные. Если на биологические факторы, мы не можем повлиять, то социальный контекст может быть отработан в условиях целенаправленного психолого-педагогического сопровождения в детским саду и способствовать развитию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста с ОВЗ, являться основой их успешной социальной адаптации и социализации в социуме при переходе на следующий уровень образования.

Принимая решение о необходимости включения в коррекционно-развивающую работу деятельность по развитию эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста с ОВЗ, важно осознавать преемственность работы между всеми педагогами и специалистами дошкольной организации при отработке всех параметров эмоционального интеллекта: от опознания эмоции и адекватности соотнесения любой эмоции с позой, с жестом, до понимания взаимосвязи эмоции и мыслей, эмоции и действия, гибкости ориентировки в ситуации, в которой возникла та или иная эмоция.

 Наблюдения, проводимые в группах детского сада, показывают вполне предсказуемые результаты. Дети с нормой развития достаточно успешно справляются с заданиями на опознание эмоций, их проявление в позе, жестах, мимике и последующих действиях. Дети с ограниченными возможностями здоровья (дети с тяжелыми нарушениями речи) испытывают в этом затруднения. Однако же задания, связанные с проявлением гибкой ориентировки в социальной ситуации, оказываются сложными для выполнения детьми как с нормотипичным развитием, так и для детей с ограниченными возможностями здоровья. Однако, если детям с нормой развития в большем количестве случаев может помочь вопрос педагога, то дети с ОВЗ в подавляющем количестве случаев затрудняются самостоятельно подобрать и объяснить эмоциональные реакции в предлагаемых ситуациях. Можно предположить, что низкий уровень развития эмоционального интеллекта приводит к «социальному вывиху» детей с ОВЗ и затрудняет их дальнейшую социализацию, сказывается на их благополучии в дальнейшем.

В детском саду особое внимание всегда уделяется вопросам адаптации вновь поступивших детей к новым условиям, сплочению групп, созданию доверительной атмосферы, партнерских отношений между детьми и педагогами, родителями и детьми, педагогами и родителями. Поэтому педагоги планируют свою работу таким образом, чтобы создать условия для проявления каждым ребенком всех своих потенциальных возможностей, коммуникативных навыков, навыков сотрудничества. Время формирования детского коллектива (группы) становится временем начала работы по развитию эмоционального интеллекта у детей.

Независимо от уровня развития детей группы, специалисты, участвующие в сопровождении детей с ОВЗ, работают с несколькими составляющими, входящими в определение развитого эмоционального интеллекта, ориентируясь на готовность каждого особого ребенка перейти на следующий уровень после освоения предыдущего:

* восприятие (способность распознавать эмоции по мимике, жестам, позе, поведению и голосу),
* понимание (знание, как определять причины появления эмоции, устанавливать связь между эмоцией и мыслью),
* управление (умение подавлять, побуждать и направлять эмоции), использование (активизация мозга с помощью эмоций).

Таким образом, коррекционно-развивающая работа в рамках организованного психолого-педагогическое сопровождения детей с ОВЗ, куда включена деятельность по развитию эмоционального интеллекта, осуществляется поэтапно и встраивается в обычный день дошкольника в детском саду, включая все виды его активности в течение всего дня. В рамках коррекционно-развивающих занятий со специалистами для развития эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ используются разнообразные техники и приемы работы: знакомство с разными эмоциями, опознавание и различение эмоций, разборы эмоциональных проявлений в ролевых, сюжетных, театрализованных играх, организация игровых обучающих ситуаций, в том числе с элементами телесно-ориентированной, музыко-, сказко-, песочной терапии. Режимные моменты в группе сопровождаются эмоциональной зарядкой во время утреннего круга, эмоциональной физзарядкой на занятиях, спокойными или веселыми гимнастиками во время подъемов или перед дневным сном и т.д. Педагоги ДОУ используют приемы для развития эмоционального интеллекта, встраивая их в содержание занятий: описание эмоций героев на картинке и соотнесение их с собственными эмоциями детей, придумывание истории к серии картинок, рисование сказочных животных, цветов и описание, придумывание нескольких желаний для волшебной рыбки, творческое рассказывание на основе знакомого сюжета, использование приемов типового фантазирования, коллективное обсуждение общей проблемы, которая возникает в группе или в разбираемой ситуации. Театрализованная деятельность имеет большое значение для формирования эмоционального интеллекта, так как эта деятельность учит чувствовать детей как изображаемый персонаж, развивает эмоциональность, эмпатию, помогает описывать эмоциональные состояния персонажей. На занятиях по художественно-эстетическому развитию педагоги особое внимание уделяют воспитанию эстетических чувств, способствуя развитию творческого воображения и эмпатии у детей группы. В конце дня педагоги с детьми обсуждают произошедшие события, определяют, какое событие вызвало у них наибольший эмоциональный отклик, стараются понять, почему именно эти эмоции появились, принимая во внимание то, что эти эмоциональные отклики даже на одно и то же событие могли быть разными у разных детей. Обсуждение обычно заканчивается тем, что все понимали, насколько происходящее было понятно всем, что помогало/мешало этому пониманию, проявлению эмоций. Такие творческие развивающие занятия в детском саду всегда вызывают у детей позитивные реакции, чувства радости и восторга и желание продолжать подобную работу.

На протяжении всего периода работы педагоги и специалисты наблюдают за детьми в различных видах деятельности и фиксируют, как дети группы воспринимают дуг друга и отдельно детей с ОВЗ, как меняется проявление эмоциональной составляющей личности ребенка с особенностями развития в различном возрасте с учетом разнообразия слоившихся ситуаций развития.

**Практика развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста с ОВЗ**

Данное описание основано на содержании педагогической практики «Психолого-педагогическое сопровождение развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста», реализованной в МКДОУ «Агинский детский сад № 1 «Солнышко» с дошкольниками инклюзивной группы.

Начиная реализацию практики, педагоги и специалисты (педагог-психолог, учитель-логопед) отметили, что у детей, пришедших в среднюю группу детского сада, угнетена эмоционально-волевая сфера. Принимая во внимание это наблюдение, они пришли к выводу о том, что необходимо работать над развитием эмоций у всех детей группы. Необходимость рассказывать о чувствах и эмоциях, проговаривать их вслух, демонстрировать разнообразные эмоциональные проявления, которые уместны для ситуации группового общения, возникла из анализа контингента обучающихся группы – нейротипичные дети и дети с тяжелыми нарушениями речи будут на протяжении трех лет находиться рядом друг с другом. В свою очередь, это совместное проживание периода дошкольного детства предполагает включение в жизнь группы родителей всех детей, посещающих группу. Однако, стоит отметить, что в большинстве семей эмоционально-здоровое взаимодействие с ребенком не включено в традиционную практику по разным причинам. Психологи же считают, что растить эмоциональный интеллект детям помогает родительская отзывчивость, когда родители рассказывают открыто о своих переживаниях, демонстрируют разнообразные реакции, благодаря которым у детей появляется больше шансов научиться распознавать полутона, адекватно коммуницировать с окружающими. Таким образом, планируя развитие эмоционального интеллекта у детей группы, педагоги и специалисты дошкольного учреждения взяли на себя ведущую организующую и содержательно-наполненную функцию по развитию эмоционального интеллекта у детей группы детского сада с момента ее формирования и до выпуска детей в школу.

То, что психолого-педагогического сопровождение развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста, процесс длительный и поступательный, было очевидно для всех педагогов группы. Так же как понятно и то, что в формировании эмоционального интеллекта у детей активное участие должны принимать все взрослые из детского окружения: родители, воспитатели и специалисты. Так семьи обучающихся группы стали активными участниками практики, реализация которой заняла три года обучения детей в детском саду. Ведь когда образовательный процесс касается развития эмоционального интеллекта у дошкольников, включение значимых взрослых просто необходимо. Причиной этому является тот фактор, что взрослые и дети вступают в созависимые отношения. Дошкольники «несут» в жизнь стиль поведения, реагирования, отношения на окружающий мир общения родителей или близких людей, с которыми они часто общаются.

На стадии создания практики педагоги детского сада столкнулись с эмоциональной закрытостью родителей детей с ОВЗ, что, конечно, влияло на развитие эмоционального интеллекта их ребенка. Взрослые не были готовы понимать и принимать эмоции своего особого ребенка, потому что не распознавали их в себе. Блокировка неприятных переживаний, приводила родителей и их детей к проблемам с коммуникацией с ближайшим социальным окружением, отмечались нарушения в психической сфере детей – навязчивые состояния, эмоциональные срывы, психосоматические заболевания, страхи, приводящие в гиперопеке над своими детьми, либо уход от появившихся проблем. Поэтому педагоги ДОУ последовательно выстраивали работу детьми и их родителями, развивая у обеих групп участников практики способности понимать свои собственные эмоции и эмоции других людей, обучая их правильно переживать и использовать для достижения цели. Работа охватывала всех детей группы одновременно, безотносительно к их категориальной принадлежности (дети с ОВЗ, дети с нормативным развитием). Это было необходимо делать по ряду причин. Во-первых, чтобы научить родителей принимать всех детей группы, формируя инклюзивную культуру группы в целом, а во-вторых, ориентировать на продуктивные эмоциональные форматы взаимоотношений в семье.

Организованная педагогами работа была разбита на несколько этапов и включала работу как с детьми, так и с их семьями. Эти этапы выстраивались, исходя из потребностей, уровня развития, индивидуальных возможностей каждого ребенка группы и затрагивали весь период дошкольного детства.

Практика была реализована в несколько этапов, последовательно сменяющих друг друга:

1. Демонстрация эмоций. На этом этапе происходило знакомство с разнообразием эмоциональных состояний. Педагоги с детьми изображали разные чувства, зарисовывали их, демонстрировали крупные планы из любимых детских мультфильмов.
2. Определение и называние эмоции. На этом этапе дети начинали интерпретировать/понимать свои чувства. На этом этапе к практике было произведено подключение родителей, как необходимое условие будущей результативности запланированной работы. Родители, под кураторством психолога и педагогов, обсуждали с ребёнком эмоции, обращались к художественной литературе или мультфильмам, обсуждали свои собственные чувства и чувства героев. На этом этапе педагоги обучали родителей технике активного слушанья. Для отражения эмоционального настроения ребенок (возможно с членами своей семьи) заполнял календарь эмоций, изображал свое состояние цветом или смайликом/картинкой (сначала по выбору педагога, родителя, а позже – по своему усмотрению).

На этом этапе важным достижением стала появившаяся возможность обсуждения личного опыта ребенка: в каких ситуациях он испытывал те или иные эмоции, что ему помогло понять свои чувства, как они были выражены? На этом же этапе выстраивалась работа по расшифровке телесных знаков: что я чувствую и в каком именно месте моего тела, почему мне хочется плакать, кричать, смеяться? Что хочет сказать язык тела другого человека: ему интересно меня слушать или он демонстрирует нежелание и непонимание, ему хочется заняться другим? Важное знание для ребенка, открывшееся на этом этапе реализации практики – эмоции не постоянны, они зависят от ситуации, окружения, они проходят, меняются, а еще на свои и чужие эмоции можно влиять.

На этом этапе каждого ребёнка учили понимать чувства других и учитывать их при выстраивании коммуникации. Этот этап дал педагогам и родителям возможность показать ребёнку, что взрослые (педагоги, мама или папа) не всегда бывают настроены на общение, у них может быть плохое настроение и что это нормально. Здесь же детям объясняли, что взрослый не хочет играть в догонялки, потому что сильно расстроился из-за проблем на работе, или он просто хочет отдохнуть в тишине. Родители продолжали обращаться к сказкам или мультфильмам, анализируя чувства героев совместно с ребенком через перекладывание этих чувств на свои личные обстоятельства, «присваивание» и переживание их как свои эмоции. Ведь понимая свои чувства, наряду с чувствами другого, ребёнок развивает в себе эмпатию. Поэтому педагоги считали важным на примере показывать взаимоотношения с другими людьми, строить атмосферу взаимопонимания между детьми в группе, между родителями в группе, между родителями и детьми в семье. На этом этапе дети с интересом включались в игру «Шпион», когда вместе со взрослыми наблюдали проявление эмоций у посторонних людей, предполагали, что за ними скрыто. Этот этап был условно отделен от первого, реализовался параллельно с первым.

1. Управление своими эмоциями.

На этом этапе педагоги и родители показывали, как можно выразить негативные чувства, не причиняя никому вреда, например, громко покричать и попрыгать, поколотить подушку и т.д. Учили детей поднимать себе настроение подходящими способами, а после выясняли, что больше всего нравится и от чего у них улучшалось настроение. Дети начинали понимать результаты проявления собственных эмоций и действий. У них появлялась мотивация, стремление к достижению цели, в том числе и в умении контролировать собственные эмоции. Дети учились справляться с эмоциями, а в конце дня подводили итоги и учались оценивать результаты управления собственным эмоциональным состоянием: «Мне было неприятно /обидно, но…»; «Я хотел поругаться с …, но потом решил, что ему будет обидно, и мы просто договорились»… Такая деятельность была очень продуктивна с точки зрения результативности коррекционно-развивающей работы, организованной в рамках образовательного процесса с детьми, имеющими тяжелые нарушения речи.

Как уже было представлено выше, работа с семьями обучающихся проводилась параллельно с работой с детьми в группе, когда с родителями осваивалось то же содержание, что и с их детьми. Всему, чему учились дети, обучались их родители. Педагоги рекомендовали придерживаться в семье тех же правил и последовательности, с которыми работали в группе детского сада.

Для родителей был организован курс консультаций и собраний, во время которых специалисты детского сада говорили о значимости формирования и развития эмоционального интеллекта у детей в дошкольном возрасте, о значимости этой работы для всех детей, особенно для детей с ограниченными возможностями здоровья. В рамках заседаний родительского клуба для родителей детей с ОВЗ, были организованы занятия в практико-ориентированных форматах, на которых родителей учили решать реальные проблемы во взаимоотношениях с детьми, обучали техникам активного слушанья, «Я-сообщений», перефразирования, отзеркаливания. Все указанные форматы работы были ориентированы на помощь родителям, воспитывающих детей с ОВЗ, на освоение результативных техник, демонстрации их результативности в формировании эмоционального интеллекта дошкольников.

Реализуя последовательно указанные выше этапы, фиксировались новые данные, которые основаны на аналитических справках специалистов школ, куда поступали дети группы после завершения обучения в детском саду. Так по данным школьных психологов, дети с ОВЗ из группы, где занимались развитием эмоционального интеллекта, при переходе из детского сада в школу, не испытывали серьёзных затруднений в выстраивании взаимоотношений с одноклассниками в условиях новой социальной ситуации (сменили группу ДОО на класс в школе, где, кроме знакомых детей появились новые дети, которые не ходили с ними в одну группу детского сада).

Таким образом, по результатам реализации практики, в совокупности полученных результатов, были сделаны выводы о том, что организованное психолого-педагогическое сопровождение развития эмоционального интеллекта у дошкольников с нормотипичным развитием и у дошкольников с ОВЗ, обучающихся в комбинированной (инклюзивной) группе детского сада, можно организовать по одной схеме. При этом переход с этапа на этап у каждого из детей мог проходить в разные сроки и зависеть от готовности ребенка и включенности в деятельность его семьи. По результатам диагностики в школе, по наблюдениям родителей и учителей начальных классов можно говорить о высоком уровне адаптации в школе у 96% детей, принимавших участвующих в практике. Понимание своих эмоций и чувств, распознавание своих чувств и чувств других людей, умение выражать свои мысли, умение проявлять свои эмоции более приемлемыми способами отмечено при переходе на школьное обучение у такого же числа детей-участников практики.

Подводя итоги работы по развитию эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ, педагогами и специалистами, курирующим реализацию практики в детском саду, были зафиксированы определенные позиции, имеющие значение для развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста с ОВЗ с целью их дальнейшей социализации в социуме:

* Каждый специалист в рамках психолого-педагогического сопровождения детей с разным уровнем развития действует в логике того, что способности ребенка к адекватному пониманию эмоций развиваются, усложняясь не только с возрастом, но и с уровнем развития ребенка. Начинать работу по развитию эмоционального интеллекта необходимо с учетом актуального уровня общего (в том числе, эмоционального) развития каждого ребенка с учетом уклада семьи ребенка.
* Практика психолого-педагогического сопровождения и поддержки детей с ОВЗ одновременно с родителями дает больший положительный результат, который в дальнейшем находит отражение в социальном окружении ребенка за счет того, что у него формируются стереотипы, пропадает боязнь быть отвергнутым, появляется уверенность при построении коммуникации с детьми группы.
* Важная роль в создании эмоциональной атмосферы у ребенка принадлежит всем значимым взрослым в окружении любого ребенка: педагогам и родителям (членам семьи ребенка), их собственному настрою, эмоциональности его поведения, речи. Поэтому, организуя психолого-педагогическое сопровождение развития эмоционального интеллекта ребенка с ОВЗ, необходимо включать в процесс членов семьи ребенка, педагогов, работающих с ним.
* Педагоги ДОО не только организуют различные ситуации, помогающие детям (освоить необходимый социальный опыт, умения совместной деятельности, приучают детей к правильным поступкам и действиям, актуализируя подобную работу в коллективе родителей), но и организуют их сопровождение/обратную связь в течение всей работы. Родителей нужно научить коммуницировать со своим ребенком не только на вербальном, но и на эмоциональном уровне. При этом родителю нужно внушить ответственность за общий результат. Взрослый должен быть объективен, правдив, убедителен.
* В процессе развития эмоционального интеллекта взрослые должны уделять внимание собственным чувствам, объяснять детям, что любой человек имеет право чувствовать и проживать любую эмоцию – это нормально.
* Взрослые не должны обесценивать чувства ребенка, необходимо уважать переживания каждого ребёнка, интересоваться его потребностями. Точно так же взрослые не должны обесценивать собственные чувства, чтобы научиться вместе с детьми реагировать на них, понимать их верно в социально разнообразных контекстах.
* Роль семейных отношений в развитии эмоциональной сферы ребёнка крайне важна и остро необходима. Именно потому специалистам детского сада важно рекомендовать учить родителей становиться ресурсными, учить их адекватно проявлять свои эмоции, реагировать на них с учетом ситуации и окружения социально-принятыми способами, не блокируя их.

**Игры и упражнения для развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста**

Чтобы помочь ребенку познать все многообразие эмоций, научиться осознавать и выражать словами свои и чужие чувства, существует множество игр. В данном разделе мы представим Вашему вниманию игры, этюды и упражнения, включая которые в работу ежедневно в детском саду, рекомендуя их к использованию в домашних условиях вместе с родителями, Вы сможете в интересной для детей дошкольного возраста деятельности развивать эмоциональный интеллект, ориентировать детей на понимание эмоций окружающих людей, с которыми в течение жизни им приходится вступать в коммуникацию.

Упражнения, игры, этюды, представленные ниже, показывают свою результативность в случае, если сначала проводятся в парах родителей и их детей. Это повышает уровень понимания, принятия друг друга между членами семьи. Эффективны эти игры и упражнения в подгруппе детей, где есть дети с нормой развития и дети с ОВЗ. Когда дети перестанут стесняться, играя в подгруппах, игровое поле можно расширять до всей группы, включать в активную деятельность родителей, перемешивая пары.

* *Упражнения, игры, этюды для развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста*

*Упражнение «Давайте поздороваемся!»*помогает детям/родителям познакомиться и создает психологически непринужденную атмосферу.

В начале упражнения ведущий (взрослый) предлагает вспомнить о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных, можно приводить примеры из реальной жизни, из мультфильмов и кино. Следом всем присутствующим предлагается поздороваться носом, лбом, плечом, спиной, рукой, щекой, либо продемонстрировать или выдумать свой другой способ приветствия. Для каждого последующего занятия можно выдумывать новый, ранее не использованный способ приветствия [15].

*Упражнение «Ласковые имена»* проводится в коллективе взрослых и детей (либо только среди детей, только среди родителей) и направлена на воспитание доброжелательного отношения одного участника к другому. Игроки должны встать в круг. Один из участников бросает мяч другому, называя его ласково по имени. Например, Настенька, Светланка и т.д. Второй игрок бросает следующему. Выигрывает тот, кто назвал больше ласковых имён [15].

*Упражнение «Комплименты»* также можно проводить как в коллективе детей, так и с привлечением родителей. Необходимо предложить участникам сесть в круг лицом и взяться за руки. Каждый участник должен сказать что-то доброе и приятное своему соседу, сидящему рядом. Тот, кому предназначена похвала, говорит: «Спасибо, мне очень приятно». И дальше он говорит комплимент следующему ребенку. Когда ребенок затрудняется что-то сказать, взрослый (родитель или педагог) должен ему помочь найти нужные слова [15].

*Упражнение «Опиши друга»* развивает у участников внимательность и умение описывать то, что видели, настраивает на продолжение знакомства, общение. Упражнение выполняется в парах одновременно всеми участниками. Участники стоят спиной друг к другу и по очереди описывают прическу, одежду и лицо того, с кем они стоят в паре. После этого описание сравнивается с оригиналом и делается вывод о том, насколько партнеры были точны в описании.[15]

*Упражнение «Как ты себя чувствуешь?»* развивает внимательность, эмпатию, учит чувствовать настроение другого. Как и предыдущее, выполняется по кругу. Каждый участник внимательно смотрит на своего соседа слева и пытается догадаться, как тот себя чувствует, рассказывает об этом. Участник, состояние которого описывается, слушает и затем комментирует, так ли это, соглашается или не соглашается, дополняет[15].

*Упражнение «Мое настроение»* развивает умение описывать свое настроение, распознавать настроения других. Участника предлагается рассказать остальным о своем настроении: его можно нарисовать, можно сравнить с каким-либо цветом, животным, состоянием, можно показать его в движении [16].

*Упражнение «Стоп!»* больше всего подходит родителям. Выполнять его родители начинают на занятии у психолога, а затем пробуют в домашних условиях. Как только взрослый чувствует, что может повысить голос, ударить своего ребенка, он говорит себе: «Стоп!» Далее задает себе вопрос: «Где я нахожусь? Что я вижу? (перечисляет 5 предметов); Что я слышу? (перечисляет звуки, которые услышал); Какие запахи я чувствую? (перечисляет запахи)». В момент пока он перечисляет, происходит нейтрализация негативной эмоции и взрослый уже спокойнее, включая ум смотрит на ту ситуацию, которая возникла в общении с ребенком [16].

*Упражнение «Коктейльная трубочка»* обучает участников справляться с нарастающим эмоциональным возбуждением. Когда это происходит, участник делает глубокий вдох, а выдох –– как будто у него во рту тонкая коктейльная трубочка. Так нужно проделать 3-5 раз. За это время негативные эмоции нейтрализуются, и участник уже по-другому оценит ту ситуацию, которая возникла, прибегая к более рациональным способам ее разрешения [16].

*Упражнение «Выбрасываем злость»*. Раздайте участникам темные кляксы, вырезанные из бумаги и предложите сложить их в мешок. При этом побуждайте участника рассказать, какие нежелательные поступки он совершил сегодня. Договоритесь, что вы складываете злость, обиду или другую отрицательную эмоцию в этот мешок и идете выбрасывать ее [16].

*Упражнение «Велосипед»* способствует эмоциональной разрядке и снятию мышечного напряжения. Ребенок ложится на спину на коврик. Ноги согнуты в коленях. Медленно он начинает движения такие ногами, как будто едет на велосипеде. Ноги при этом касаются пола и высоко поднимаются, чередуются, сначала поднимается одна, потом другая. Постепенно увеличивается сила и скорость касаний пола. На каждый удар ногой ребенок говорит «нет», увеличивая интенсивность удара[11].

*Упражнение «Кулачки».* Дайте ребенку в каждую руку какую-нибудь резиновую игрушку (шар, кольцо) и попросите его сжать кулачки крепко-крепко. Пока он подержит кулачок сжатым, пусть считает до 5. Затем пусть ребенок разожмет кулачки и сделает громкий выдох. Руки и тело расслабятся[11].

*Упражнение «Подушка-колотушка».* Агрессия у ребенка накапливается постепенно и спонтанно выплескивается, после такого всплеска он снова становится спокойным и уравновешенным. Если ребенку дать возможность выместить агрессию на какой-либо объект, то агрессивных проявлений станет меньше. Для этой цели используется специальная «подушка-колотушка». Можно взять старую большую подушку, диванную тяжелую подушку или использовать старую наволочку – набить ее ненужными тряпками. Такую подушку ребенок может спокойно колотить и пинать, вымещая на ней накопившиеся за день негативные чувства. Проживая свою агрессию до того, как накопит негативные эмоции, ребенок становится более спокоен в повседневной жизни [11].

*Упражнение «Лепим настроение».* Позволяет детям работать с мягким пластилином/кинестетическим песком/соленым тестом/глиной/восковым пластилином, дает возможность отреагировать свои чувства, изменить плохое настроение на хорошее. Разминая пластилин, ребенок лепит свое плохое настроение и рассказывает, от чего настроение испортилось. Это позволяет прожить агрессивные чувства. Затем ребенку предлагается выбрать цвета, которые нравятся и вылепить из них хорошее настроение (или раскрасить глину/соленое тесто в цвета своего хорошего настроения) [11].

*Упражнение «Животное в лесу».* Упражнение выполняется на ковре. Предлагаем ребенку представить любое животное в лесу. И просим ребенка показать в образе этого животного три настроения: злость – спокойствие – радость. Сначала он показывает, как животное злится – потом, как оно успокаивается и как радуется. Можно включить музыкальное сопровождение упражнения: «Волшебные голоса природы»: «Малыш в лесу», «Малыш у реки», «Малыш и птички» и др. (с целью снятия эмоционального напряжения, способствует особому эмоциональному настрою)[11]

*Упражнение «Ты - солнышко».* Позволяет осознать конструктивные формы поведения и мышечная релаксация, создать хорошее настроение. Лучше всего это упражнение выполнять после упражнений на отреагирование негативных чувств. Предложите ребенку побыть солнышком. «Представь, что ты солнышко и ты видишь маленького беспомощного зверька (можно дать в руки мягкую игрушку).. Вытяни ладошки, представь, что твои руки – это лучики, подержи на ладошках маленького зверька, согрей его своим теплом. Теперь сложи ладошки, спрячь в них зверька, приложи ладошки к груди, успокой его, скажи ему на ушко добрые, ласковые слова». Если вы чувствуете в себе этот ресурс, вы можете поиграть с ребенком в эту игру так, как будто солнышко – это вы, а испуганный детеныш – ваш ребенок. Представьте, что это ваши руки – лучики, обнимите, успокойте, скажите своему ребенку на ушко добрые, ласковые, теплые слова [11].

*Упражнение «Я – дерево, ты – дерево»* способствует внутреннему спокойствию. Лучше всего это упражнение выполнять после упражнений на «отреагирование» негативных чувств. Представьте, что вы и ваш ребенок – маленькие семена дерева, которые попали в плодородную почву. Сядьте на пол на корточки, обхватите голову руками, закройте глаза. Вы – семена, из которых скоро вырастут большие деревья. Начинайте медленно расти, почувствуйте, как вы пускаете корни, чувствуйте, что вытягивается ваше тело как ствол дерева и раскрываются руки, как крона дерева. Пошевелите пальчиками, как будто ветер играет листвой в кроне вашего дерева. Почувствуйте, как ваши ступни опираются на пол, у вас мощные корни, проговорите вслух «я могучее, крепкое дерево, у меня сильные корни, у меня широкая крона, у меня много листвы». Попросите повторить эту фразу вашего ребенка. После выполнения упражнения предложите ребенку нарисовать и назвать дерево, которым он себя представил [11].

*Упражнение «Лабиринт»* помогает ребенку прожить страхи, тревоги, снять эмоциональное напряжение. Создайте для ребенка игровое пространство, используя обычные бытовые предметы. Дайте задание ребенку пройти в лабиринт и попасть в центр и наоборот – найти выход из центра и пройти другим путем. Расставьте предметы так, чтобы ребенок мог: проползти под столом; накрытым до пола простыней, обогнуть шифоньер; кровать и т.д. перепрыгнуть дорожку (коврик); тихонько прокрасться между двух диванных полушек (любых других предметов) спрятаться в центре лабиринта под плед (покрывало). Побыть в центре в безопасности и идти на выход, но уже другим путем [11].

*Упражнение «Я удивлюсь, если…»*Эта игра не только объясняет, что же такое удивление, – она смешит, развивает фантазию и потихоньку приближает к пониманию того, что такое «ожидаемое» и «неожиданное». Количество участников может быть любым. По очереди каждый приводит свой вариант окончания фразы «Я удивлюсь, если…».

Например: «Я удивлюсь, если наш кот заговорит человеческим голосом». «Я удивлюсь, если папа придет с работы в костюме клоуна». «Я удивлюсь, если встречу на улице инопланетян» [12].

*Упражнение «Изображаем эмоции».*Взрослыйпредлагает ребенку зеркало и просит изобразить на лице эмоцию: страха, гнева, отвращения, печали, радости, интереса, удивления. Потом сделайте это сам. Еще раз – вместе! Понравилось?

*Упражнение «Угадываем эмоцию».*Взрослый и ребенок играют в «Угадай эмоцию». Можно играть вдвоем или в группе. Один изображает какую-нибудь эмоцию, а остальные должны угадать. Взрослый обсуждает с ребенком, какие эмоции в разные моменты выражает лицо? [12]

*Упражнение «Изображаем эмоцию с помощью движений тела».*Взрослый предлагает детям изобразить эмоцию с помощью движений тела, не выдавая ее лицом. Если нет маски, можно завязать лицо платком [12].

*Упражнение «Угадываем эмоцию по голосу».*Взрослый предлагает детям угадать эмоции, вообще не видя человека, только по голосу, по интонации, с которой произносится фраза. Взрослый или ребенок произносит фразы с разной интонацией, остальные дети должны догадаться, какие эмоцию представляет водящий. Водящий произносит фразу, как будто испытывает эмоции: радости, грусти, злости, удивления, отвращения:

• «Митя уехал к маме».

• «Сегодня выпал снег».

• «Завтрашняя тренировка отменяется».

• «Сегодня на ужин плов». Остальные дети угадывают эмоцию [12].

*Упражнение «Рисуем цвет эмоций».*Взрослый просит детей подобрать цвет для каждой эмоции (грусть, страх, отвращение, гнев, спокойствие). Цвета можно смешивать.

Можно объяснить ребенку, что радость – яркие, чистые цвета, часто оранжевого или желтого цвета. Грусть, печаль – темные, часто холодные цвета, серый или близкие к серому. Отвращение – коричневый, болотный. Страх – больше всего различий бывает именно в изображении страха. Цвет может быть и серый, и черный, и коричневый, и красный, и синий, и белый. Различия объясняются прежде всего тем, что в страхе мы себя ведем по-разному. После того как рисунки нарисованы, предложить детям угадать эмоции, которые художник пытался передать [12].

*Упражнение «Зеркало»*проводится с целью развития выразительности движений, внимания, наблюдательности, произвольности.

Вариант 1. Педагог, стоя перед детьми, изображает различные эмоции, а дети их повторяют.

Вариант 2. Педагог изображает одно эмоциональное состояние, а дети - любое другое.

Вариант 3. Дети показывают друг другу эмоциональные состояния, предварительно разбившись на пары [12].

*Упражнение «Хоровод»*Игра развивает чувства общности, выразительности движений; снятие напряжения. Дети встают в круг и по команде ведущего, двигаясь по кругу, изображают злого волка, печального зайчика, задумчивую сову, сердитого медведя, виноватую лису, счастливую ласточку и тому подобное [12].

*Упражнение «Изобрази настроение»*направлена на развитие воображения, выразительности движений, произвольности. Ведущий произносит фразы («О, горе мне, горе.», «Ах, какой счастливый день!», «Ура, я еду на море!», «Бедная я, несчастная», «У меня болит живот», «Мне холодно», а дети изображают предполагаемое эмоциональное состояние [12].

*Упражнение «Повтори фразу!»*проводится для развития выразительности речи. Педагог произносит фразу («У меня есть котёнок», которую дети должны повторить с интересом, радостью, отвращением, со страхом, с грустью, удивлением [12].

*Упражнение «На что похоже настроение?»* направлено на развитие воображения, словарного запаса, умения описывать своё настроение.

Дети по очереди говорят, на какое время года, природное явление, какую погоду похоже их сегодняшнее настроение. Начинает сравнение естественно взрослый, например: «Мое настроение похоже на белое пушистое облачко в спокойном голубом небе [12].

*Упражнение «Детский сад»*проводится с целью развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Выбираются два участника игры, остальные дети – зрители. Участникам предлагается разыграть следующую ситуацию – за ребенком в детский сад пришли родители. Ребенок выходит к ним с выражением определенного эмоционального состояния. Зрители должны отгадать, какое состояние изображает участник игры, родители должны выяснить, что произошло с их ребенком, а ребенок рассказать причину своего состояния [12].

*Упражнение «Художники»*предназначено для развития способности выражать различные эмоции на бумаге. Участникам игры предъявляются пять карточек с изображением детей с разными эмоциональными состояниями и чувствами. Нужно выбрать одну карточек и нарисовать историю, в которой выбранное эмоциональное состояние является основной сюжета. По окончании работы проводится выставка рисунков. Дети отгадывают, кто является героем сюжета, а автор работы рассказывает изображенную историю [12].

*Упражнение «Кого - куда»*это упражнение развивает способность распознавать различные эмоции. Педагог выставляет портреты детей с различными выражениями эмоциональных чувств, состояний. Ребенку нужно выбрать тех детей, которых:

-можно посадить за праздничной стол;

-нужно успокоить, подбодрить.

Ребенок должен объяснить свой выбор, называя признаки, по которым он понял, какое настроение у каждого изображенного на рисунке ребенка [12].

*Упражнение «Что было бы, если бы...»*проводится для развития способности распознавать и выражать различные эмоции. Взрослый показывает детям сюжетную картинку, у героя (ев) которой отсутствует (ют) лицо (а). Детям предлагается назвать, какую эмоцию они считают подходящей к данному случаю и почему. После этого взрослый предлагает детям изменить эмоцию на лице героя. Что было бы, если бы он стал веселым (загрустил, разозлился и т. д. ?

Можно разделить детей на группы по количеству эмоций и каждой группе предложить разыграть ситуацию. Например, одна группа придумывает и разыгрывает ситуацию, герои которой злятся, другая – ситуацию, в которой герои смеются [12].

*Упражнение «Что случилось?»* направлено на обучение детей распознавать различные эмоциональные состояния, развивать эмпатию.

Педагог выставляет портреты детей с различными выражениями эмоциональных состояний, чувств. Участники игры поочередно выбирают любое состояние, называют его и придумывают причину, по которой оно возникло: «Однажды я очень сильно…потому что…» Например, «Однажды я очень сильно обиделся, потому что мой друг….» [12]

*Упражнение «Выражение эмоций»* способствует развитию умения выразить мимикой лица удивление, восторг, испуг, радость, грусть. Закрепить знание русских народных сказок. Вызвать у детей положительные эмоции.

Педагог читает отрывок из русской сказки «Баба Яга»:

«Баба Яга бросилась в хатку, увидела, что девочка ушла, и давай бить кота и ругать, зачем он не выцарапал девочке глаза».

Дети выражают жалость

Отрывок из сказки «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка»:

«Алёнушка обвязала его шелковым поясом и повела с собою, а сама-то плачет, горько плачет…»

Дети выражают грусть (печаль).

Педагог зачитывает отрывок из сказки «Гуси-лебеди»:

«И они прибежали домой, а тут и отец с матерью пришли, гостинцев принесли».

Дети выражают мимикой лица – радость.

Отрывок из сказки «Царевна-змея»:

«Оглянулся казак, смотрит – стог сена горит, а в огне красная девица стоит и говорит громким голосом: - Казак, добрый человек! Избавь меня от смерти».

Дети выражают удивление.

Педагог читает отрывок из сказки «Репка»:

«Тянут – потянут, вытащили репку».

Дети выражают восторг.

Отрывок из сказки «Волк и семеро козлят»:

«Козлята отворили дверь, волк кинулся в избу…»

Дети выражают испуг.

Отрывок из русской народной сказки «Терешечка»:

«Старик вышел, увидел Терешечку, привел к старухе – пошло обнимание!»

Дети выражают радость.

Отрывок из русской народной сказки «Курочка Ряба»:

«Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось. Дед и баба плачут».

Дети выражают мимикой лица печаль.

В конце игры отметить тех детей, которые были более эмоциональными [12].

*Упражнение «Крошка Енот».*Один ребенок – Крошка Енот, а остальные его отражение («Тот, который живет в реке».) Они сидят свободно на ковре или стоят в шеренге. Енот подходит к «реке» и изображает разные чувства (испуга, интереса, радости, а дети точно отражают их с помощью жестов и мимики. Затем на роль Енота поочередно выбираются другие дети. Игра заканчивается песней «От улыбки, станет всем теплей» [12].

*Упражнение «Злюка»* проводится с целью развивать способность распознавать различные эмоции с помощью мимики и пантомимики.

Детям предлагается представить, что в одного из ребенка “вселились” злости и гнев и превратили его в Злюку. Дети становятся в круг, в центре которого стоит Злюка. Все вместе читают небольшое стихотворение:

-Жил (а) -был (а) маленький (ая) мальчик (девочка) .

-Маленький (ая) мальчик (девочка) сердит (а) был (а) .

-Ребенок, выполняющий роль Злюки, должен передать с помощью мимики и пантомимики соответствующее эмоциональное состояние (сдвигает брови, надувает губы, размахивает руками). При повторении упражнения всем детям предлагается повторить движения и мимику сердитого ребенка.

*Упражнение «Уходи, злость, уходи!»*для снижения агрессивности.

Играющие лежат на ковре по кругу. Между ними подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силы быть ногами по полу, а руками по подушкам, с громким криком «Уходи, злость, уходи!» Упражнение продолжается 3 минуты, затем участники по команде взрослого ложатся в позу «звезды», широко раздвинув ноги и руки, спокойно лежат, слушая спокойную музыку, еще 3 минуты [12].

*Упражнение «Одень страшилку»*дает возможность детям по - работать с предметом страха. Педагог заранее готовит черно-белые рисунки страшного персонажа: Бабу- Ягу. Он должен «одеть его» при помощи пластилина. Ребенок выбирает пластилин нужного ему цвета, отрывает маленький кусочек и размазывает его внутри страшилки. Когда дети «оденут» страшилку, они рассказывают о ней группе, что этот персонаж любит и не любит, кого боится, кто его боится? [12]

*Упражнение «Дорисуй страшного...»*помогает детям в проявлении чувств по отношению к предмету страха. Ведущий заранее готовит незавершенные черно – белые рисунки страшного персонажа: скелета… Он раздает детям и просит дорисовать его. Затем дети показывают рисунки и рассказывают истории про них [12].

*Упражнение «Азбука настроений»* учит детей находить конструктивный выход из ситуации, ощущать эмоциональное состояние своего персонажа.

«Посмотрите, какие картинки я вам принесла (кошка, собака, лягушка). Все они испытывают чувство страха. Подумайте и решите, кого из героев сможете показать каждый из вас. При этом надо сказать о том, чего боится ваш герой и чего надо сделать, чтобы его страх пропал [12].

*Упражнение «Конкурс боюсек»*предоставляет детям возможность актуализировать свой страх поговорить о нем. Дети быстро передают мяч по кругу и заканчивают предложение: «Дети боятся…». Кто не сможет придумать страх, выбывает из игры. Повторяться нельзя. В конце определяется победитель конкурса «боюсек» [12].

*Упражнение «Рыбаки и рыбка»*проводится для снятия психомышечного напряжения, страха прикосновения. Выбирается две рыбки. Остальные участники встают парами лицом друг к другу в две линии, берут друг друга за руки – образуя собой «сеть». Ведущий объясняет детям, что маленькая рыбка случайно попалась в сеть и очень хочет выбраться. Рыбка знает, что это опасно, но впереди ее ждет свобода. Она должна проползти на животе под сцепленными руками, которые при этом задевают ее по спине, слегка поглаживают, щекочут. Выползая из сети, рыбка ждет свою подругу, ползущую за ней, они вместе берутся за руки и становятся сетью [12].

*Упражнение «Мусорное ведро»*проводится с целью снижения тревожности.

Ведущий предлагает рисунки страхов разорвать на мелкие кусочки и выбросить в мусорное ведро, тем самым, избавляясь от своих страхов [12].

*Упражнение «Воспитай свой страх»*проводится для коррекции эмоции страха. Дети вместе с педагогом придумывают, как воспитать страх, чтобы сделать страшилку доброй, пририсовать ей воздушные шары, нарисовать улыбку, или сделать страшилку – смешной. Если ребенок боится темноты, нарисовать свечку и т. д.[12]

*Упражнение «Изобрази…»* закрепление у детей полученных знаний о чувстве радости. «Давайте поиграем в игру, я назову по имени одного из вас, брошу ему мяч и попрошу, например, «… изобрази радостного зайчика».

Тот из вас кого я назову, должен поймать мяч, изображая зайчика, говорит следующие слова: «Я – зайчик. Я радуюсь, когда…»[12]

*Упражнение на разыгрывание отрывков сказок*способствуетразвитию выразительных движений, способности понимать эмоциональное состояние другого человека и адекватно выражать собственное. Педагог предлагает детям: «Сейчас я расскажу вам несколько частей сказок, и мы попробуем их разыграть, как настоящие актеры»

*История 1 «Хорошее настроение»*

«Мама послала сына в магазин: «Купи, пожалуйста, печенье и конфеты, - сказала она, - мы попьем чаю и пойдем в зоопарк». Мальчик взял у мамы деньги и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение».

Выразительные движения: походка - быстрый шаг, иногда вприпрыжку, улыбка.

*История 2 «Умка».*

«Жила-была дружная медвежья семья: папа медведь, мама медведь и их маленький сыночек- медвежонок Умка. Каждый вечер мама с папой укладывали Умку спать. Медведица его нежно обнимала и с улыбкой пела колыбельную песенку, покачиваясь в такт мелодии. Папа стоял рядом и улыбался, а потом, начиная подпевать маме мелодию». Выразительные движения: улыбка, плавные покачивания[12].

*Упражнение «Доброе животное»*проводится для снятия психомышечного напряжения, обучения детей понимать чувства других, сопереживать, сплочение детского коллектива. Педагог тихим таинственным голосом говорит: «Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Мы одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем два шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – два шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т.д. мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе»[13].

*Упражнение «Маленькое приведение»* направлено на обучение детей навыку в приемлемой форме выплескивать накопившийся у них гнев. Педагог: “Ребята! Сейчас мы с вами будем играть в маленьких добрых привидений. Нам захотелось немного похулиганить и слегка напугать друг друга: По моему хлопку вы будете делать руками вот такое движение (взрослый приподнимает согнутые в локтях руки с растопыренными пальцами) и страшным голосом завывать: “у-у-У!” Если я буду хлопать тихо, вы будете гудеть тихо, если я буду хлопать громко, вы будете пугать друг друга громким голосом. Но, помните, что мы добрые привидения и хотим только слегка пошутить”. Дав детям пошуметь, взрослый прекращает игру: Пошутили — и достаточно. Давайте снова станем детьми!” [13]

*Упражнение «Волшебные шарики»* способствует снятию эмоционального напряжения.  дети сидят в кругу. Взрослый просит их закрыть глаза и сделать из ладошек “лодочку”. Затем он вкладывает каждому ребенку в ладошки стеклянный шарик и дает инструкцию: “Возьмите шарик в ладошки, согрейте сложите ладошки вместе, покатайте, подышите на него, согрейте его своим дыханием, отдайте ему часть своего тепла и ласки. Откройте глаза. Посмотрите на шарик и теперь по очереди расскажите о чувствах, которые возникли у вас во время выполнения упражнения”[13].

*Упражнение «Необычный колобок»*Для организации общения с дошкольниками в кругу большинство педагогов обычно использует мяч, передаваемый от одного ребенка к другому. Это помогает создать настрой на общую деятельность, сформировать «единое пространство группы».

Опыт показывает, что интерес детей 3-5 лет к работе в подгруппе значительно возрастает, если им предлагается не просто мячик, а «колобок» (небольшой шарик с двумя нанесенными маркером контрастными выражениями лица: с одной стороны **-** веселым, с другой - грустным). Вспоминая сказку, ребенок младшей и средней группы воспринимает «колобка» как реального собеседника, эмоционально сопереживает ему и, как правило, поворачивает к себе именно той стороной, которая отражает его настроение. С помощью такого сказочного посредника даже не очень общительные дети легче идут на контакт с педагогом-психологом и сверстниками, охотнее высказывают свои впечатления от участия в совместных играх и упражнениях, а значит - активнее действуют и эмоционально раскрываются [13].

*Упражнение «Живые картинки»* *(игра для работы с подгруппой детей 3-5 лет)*

Педагог поочередно рассматривает с детьми схематические изображения людей и объясняет, какие действия нужно выполнить. Например, улыбающееся лицо на картинке (рот «лодочкой», уголками вверх) - значит, настроение веселое, можно всем вместе порадоваться, попрыгать; спокойное лицо (линия рта прямая) - отдыхаем, стоим на месте; грустное лицо («лодочка» перевернута уголками вниз) - мы расстроены, приседаем, закрывая глаза ладошками. Поочередно меняя изображения и выполняя вместе с детьми соответствующие действия, педагог-психолог как бы оживляет картинки. Игра способствует закреплению представлений детей об основных видах настроения и способах его выражения с помощью движений.

Вариант игры - под музыку дети берут из «волшебного мешочка» по одному рисунку с изображением сказочного персонажа и внимательно его рассматривают. По завершении музыкального фрагмента каждому ребенку нужно найти обладателя такого же рисунка и встать с ним в пару. Правильность выполнения задания педагог-психолог проверяет каждый раз, при этом аплодисментами награждаются все участники - для развития у них позитивного эмоционального отклика на общее игровое взаимодействие [13].

*Упражнение «Волшебное зеркальце»* *(игровое упражнение для индивидуальной работы с детьми 5-7 лет)*

Ребенку предоставляется двусторонний макет зеркала, выражения лица на котором, как и в игре с «колобком», изображаются по принципу контраста (доброе - злое, радостное - печальное). Поворачивая зеркало и разглядывая отражения, дошкольник старается определить, какое из них ему нравится и более привычно, т. е. подходит лично для него. Данное игровое упражнение способствует активному самовыражению ребенка, проговариванию основных переживаний, предупреждению различных комплексов и случаев необоснованного недовольства собой, т. е. профилактике детских депрессивных состояний.[13]

*Упражнение «Дорисуй портрет»*. Каждый ребенок получает возможность «помочь художнику», завершив его работу. На портрете-заготовке с уже имеющимися изображениями глаз и носа ему предстоит самостоятельно нарисовать рот (по своему выбору, например, с уголками вверх - улыбающийся, радостный; с уголками вниз - грустный, расстроенный). А затем вместе с педагогом-психологом он пробует отгадать, какое настроение было у человека, изображенного на картине. Дети, таким образом в занимательной и непринужденной форме упражняются в умении отличать проявления основных чувств человека и сопоставлять их с разными эмоционально окрашенными ситуациями.

Для работы со старшими дошкольниками (5-7 лет) в подгруппе аналогичную игру можно провести с объемной моделью - воздушными шариками, прикрепляя к ним с помощью двухстороннего скотча разные улыбки (веселые, грустные, растерянные, жалобные). В результате портрет становится завершенным и выразительным, а разговор с педагогом-психологом о совместно выполненной работе - более непосредственным и живым. С помощью данного упражнения у старших дошкольников появляется возможность узнавать свое настроение среди прочих, называть его, определенным образом реагировать, наводя порядок в своем внутреннем мире. Нахождение похожих изображений среди получившихся в дальнейшем стимулирует детей к совместной игре, развивая необходимые навыки самостоятельного общения со сверстниками [13].

*Упражнение «Разноцветные бабочки***»** *(игровое упражнение для работы индивидуально или по два человека с дошкольниками 4-6 лет)*

Детям среднего дошкольного возраста предлагается, используя магнитную доску или мольберт, составить изображения бабочек из 4-5, а старшим - из 5-7 цветных фрагментов. Для педагога-психолога это упражнение информативно, т. к. соотнесение цветов напрямую свидетельствует о внутреннем эмоциональном состоянии ребенка. Кроме того, параллельно можно заняться профилактикой эмоционального перенапряжения, предложив детям «разбудить» получившихся бабочек, изобразив их полет под музыку (например, с помощью движений рук). Как показывает опыт проведения подобных игровых упражнений, дошкольники с удовольствием в них участвуют и таким образом осваивают несложный способ самовыражения и активной эмоциональной разрядки [13].

*Упражнение «Сказочная радуга»* *(игровое упражнение для работы с подгруппой детей 5-7 лет)*

Под музыкальное сопровождение (например, можно использовать композиции из альбома А.П. Чайковского «Времена года») участники игры «превращаются» в разноцветные карандаши из коробки художника. Каждый «волшебный карандаш» пробуете помощью движений, мимики и жестов показать, какие предметы он своим цветом может раскрасить, остальные стараются этот цвет отгадать и назвать. В случае точного ответа свои силы пробует следующий участник, а правильно названные «карандаши» берутся за руки, образуя свою «волшебную» сказочную радугу. Последовательность ее цветов и их сочетание подробно обсуждается с дошкольниками. С очередным включением музыкального фрагмента волшебство завершается, а на память о «чудесном превращении» дети совместно с педагогом- психологом воспроизводят получившуюся у них радугу, выкладывая ее перед собой из цветных карандашей или рисуя на большом общем листе. Данное игровое упражнение не только способствует проявлению индивидуальных цветовых предпочтений детей, но и стимулирует к объединению в игровое сообщество, вызывая у них позитивный эмоциональный отклик на совместную деятельность со сверстниками [13].

* *ИГРЫ для развития эмоционального интеллекта*

*Дидактическая игра «Волшебные мешочки»*способствует снятию психонапряжения детей. Детям предлагается сложить в первый волшебный мешочек все отрицательные эмоции: злость, гнев, обиду и пр. В мешочек можно даже покричать. После того, как дети выговорились, мешочек завязывается и прячется. Затем детям предлагается второй мешочек, из которого дети могут взять те положительные эмоции, которые они хотят: радость, веселье, доброту и пр.

Упражнение «Закончи предложение»

«Злость – это когда…»

«Я злюсь, когда…»

«Мама злится, когда…»

«Воспитатель злится, когда…»

«А теперь закроем глаза и найдем на теле место, где у вас живет злость. Какое это чувство? Какого оно цвета? Перед вами стоят стаканы с водой и краски, окрасьте воду в цвет злости. Дальше, на контуре человека найдите место, где живет злость, и закрасьте это место цветом злости»[13].

*Дидактическая игра «Зеркало»* способствует формированию знаний из области эмоциональной сферы. Один ребенок показывает какую-либо гримасу соседу. Тот, в свою очередь “передразнивает” его как можно точнее и передает дальше — своему соседу. “Гримаса” передается по кругу. Упражнение заканчивается, когда она возвращается к первому участнику. Так же “передается” еще несколько эмоций [13].

*Дидактическая игра «Мимическая гимнастика»* развивает способность детей изображать эмоции (радость, удивление, горе, гнев, страх) с помощью мимики, жестов. Водящие - дети получают задания:

* улыбнуться, как веселый Буратино.
* испугаться, как бабушка, в дом которой пришел волк.
* рассердиться, как злой волк.

- погрустить, как Дюймовочка, увидев Ласточку под землей и т.д.

Остальные дети из группы должны угадать, кого изображает ребенок [13].

*Игра «Театр»* способствуетразвитию умения распознавать эмоциональное проявление других людей по мимике и понимать свое эмоциональное состояние и состояние окружающих. Ребенок изображает с помощью мимики какое –то настроение, но при этом часть его лица будет скрыта (закрывает верхнюю или нижнюю часть лица листом бумаги.) остальные должны догадаться, какое настроение было загадано [13].

*Игра «Угадай эмоцию на ощупь»*развивает способность определять базовые эмоции (радость, горе, гнев, страх, удивление) по мимике и передавать их; развивать тактильные ощущения.

Воспитатель дает сигнал: «Радость – замри». Дети изображают радость на лице, осторожно трогают своими пальчиками брови, рот, глазки. Далее, эмоция называется другая [13].

*Игра «Выражение эмоций»* способствует развитию умения выразить мимикой лица удивление, восторг, испуг, радость, грусть, закрепляет знание русских народных сказок, вызывает у детей положительные эмоции.

Педагог читает отрывок из русской сказки «Баба Яга»:

«Баба Яга бросилась в хатку, увидела, что девочка ушла, и давай бить кота и ругать, зачем он не выцарапал девочке глаза».

Дети выражают жалость

Отрывок из сказки «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка»:

«Алёнушка обвязала его шелковым поясом и повела с собою, а сама-то плачет, горько плачет… » Дети выражают грусть (печаль) .

Педагог зачитывает отрывок из сказки «Гуси-лебеди»:

«И они прибежали домой, а тут и отец с матерью пришли, гостинцев принесли».

Дети выражают мимикой лица – радость.

Воспитатель читает отрывок из сказки «Репка»:

«Тянут – потянут, вытащили репку».

Дети выражают восторг.

Отрывок из сказки «Волк и семеро козлят»: «Козлята отворили дверь, волк кинулся в избу… » Дети выражают испуг.

Отрывок из русской народной сказки «Курочка Ряба»:

«Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось. Дед и баба плачут».

Дети выражают мимикой лица печаль.

В конце игры отметить тех детей, которые были более эмоциональными [17].

*Дидактическая игра «Пчелка в темноте»*коррекция боязни темноты, замкнутого пространства, высоты.

Ход игры: пчелка перелетала с цветка на цветок (используются детские скамейки, стульчики, тумбы разной высоты, мягкие модули). Когда пчелка прилетела на самый красивый цветок с большими лепестками, она наелась нектара, напилась росы и уснула внутри цветка. Используется детский столик или высокий стул (табуретка, под который залезает ребенок. Незаметно наступила ночь, и лепесточки стали закрываться (столики и стулья покрываются материей). Пчелка проснулась, открыла глаза и увидела, что кругом темно. Тут она вспомнила, что осталась внутри цветка и решила поспать до утра. Взошло солнышко, наступило утро (материя убирается, и пчелка вновь стала веселиться, перелетая с цветка на цветок. Игру можно повторять, усиливая плотность ткани, тем самым увеличивая степень темноты. Игра может проводиться с одним ребенком или с группой детей [17].

*Дидактическая игра «Фантазии».*Детям предлагается продолжить начало удивительных приключений:

К нам пришел слон.

 Мы оказались на другой планете.

Внезапно исчезли все взрослые.

Волшебник ночью поменял все вывески на магазинах [14]

*Дидактическая игра «Четвёртый лишний».*Детям предъявляются четыре пиктограммы эмоциональных состояний. Ребёнок должен выделить одно состояние, которое не подходит к остальным:

• Радость, добродушие, отзывчивость, жадность.

• Грусть, обида, вина, радость.

• Трудолюбие, лень, жадность, зависть.

• Жадность, злость, зависть, отзывчивость [14].

*Дидактическая игра «Сыщики»*Педагог выставляет портреты детей с различными выражениями эмоциональных состояний, чувств. Один из участников игры выбирает, не сообщая другим участникам, любой из портретов. Его задача – описать портрет, называя признаки человека, выражающие это чувство, или причину, по которой может возникнуть данное состояние. Другие участники должны отгадать и указать на этот портрет [14].

* *ЭТЮДЫ*

*Этюд "Погода изменилась"*

Детям предлагается представить себе, как вдруг, неожиданно для всех, закончился дождь и выглянуло яркое солнышко. И это произошло так быстро, что даже воробьи удивились.

Вопрос: Что с вами произошло, когда вы представили себе такие неожиданные перемены в погоде? [14]

*Этюд «Под дождиком»*

Цели:

**-** учить детей выражать эмоции радости и грусти;

**-** воспитывать эмоциональную отзывчивость на музыку;

**-** учить имитировать простейшие движения;

**-** развивать ориентировку в пространстве;

**-** развивать мелкую моторику рук.

Оборудование и материалы: большой зонт, аудиозапись шума дождя, листы синей бумаги для каждого ребенка.

 Ход этюда:

Дети начинают бегать под «дождиком», подставлять ладошки под его «капли». Музыка начинает звучать тревожнее, в лесу – настоящий ливень! Взрослый открывает зонт и зовет детей, предлагая спрятаться от дождя. Педагог под зонтом с радостью встречает детей, имитирует движения - как будто вытирает им носики, ручки, стряхивает капли дождя с одежды, приглашая делать то же самое и детей.

Затем педагог предлагает детям самим побыть «дождиком». Он просит их сделать капельки из синей бумаги (разорвать синюю бумагу на мелкие кусочки, скатать их в маленькие шарики), а затем подбросить их вверх. Педагог показывает, как можно бросать капельки на себя или на другого ребенка [13].

*Этюд «Капельки»*

Цели:

**-** учить детей выражать эмоции радости и грусти;

**-** воспитывать эмоциональную отзывчивость на музыку;

**-** развивать ориентировку в пространстве.

Оборудование: аудиозапись шума дождя, листы синей бумаги для каждого ребенка.

 Ход этюда:Дети делают «капельки», подбрасывают их, стараясь «намочить» как можно больше окружающих. Потом взрослый обращает внимание детей на то, что дождь закончился, выглянуло солнце и можно погулять, побегать по полянке [13].

*Этюд «Ежи»*

Цели:

**-** формировать умение управлять куклой-бибабо;

- учить имитировать движения, характерные для ежа;

- воспитывать умение играть рядом друг с другом, взаимодействовать друг с другом.

Оборудование: куклы- бибабо, аудиозапись различных по характеру мелодий.

Ход этюда:Педагог просит детей подойти к зеркалу и имитировать движения, характерные для ежа, сопровождая их звукоподрожанием: «пых-ппых».

Звучит тревожная музыка. Педагог просит показать, что делаю ежи, когда они испуганы, боятся. Дети «сворачиваются» в клубочек (сгибают спинку). Педагог просит предположить: что или кто так напугал ежей? Дети предлагают свои варианты ответов.

Звучит спокойная музыка. Педагог сообщает, что опасность миновала, и предлагает «ежам» развернуться, потянуться, потом полежать, отдохнуть на лесной полянке [13].

*Этюд «Идем по лесу»*

Цели:

- формировать умение имитировать движения, подражая действиям педагога;

- воспитывать у детей бережное и доброе отношение к природе.

Оборудование: декорации осеннего леса- листья, шишки, грибы, пеньки.

Ход этюда:Идем по густому лесу (дети выпрямляются, идут осторожно).

Мешают идти ветки (отодвигают руками ветки). Надо перешагнуть через поваленное дерево ( высоко поднимают ноги, как бы перешагивая), обойти пень ( останавливаются и обходят по кругу).

Вот опять мешают идти ветки (осторожно идут вперед), Сучки в глаза попадают (отодвигают руками ветки, поочередно отводят их в стороны) [13].

*Этюд «Радость и грусть»*

Цель: познакомить детей с выражением эмоций радости и грусти.

Оборудование: набор рисунков с изображением лиц с разными эмоциями

 Ход этюда:Стоя перед зеркалом, вместе с педагогом дети изображают на лице грусть и радость [13].

*Этюд «Кто как ходит?»*

Цели:

* закреплять представления детей о животных и домашних птицах;
* учить детей имитировать движения, характерные для различных животных, под музыкальное сопровождение;
* развивать выразительность движений;
* учить детей дружно играть вместе.

Оборудование: игрушки, изображающие цыпленка, курочку, кота, петуха, лягушку; костюмы героев.

Ход этюда:Взрослый предлагает детям превратиться в героев сказки К.И.Чуковского «Цыпленок» и показать, как они умеют ходить, имитируя движения цыпленка, курочки и т. д. [13]

*Этюд «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![13]

**Приложение**

В данном Приложении представлены сценарные планы мероприятий по развитию эмоционального интеллекта, разработанные педагогами и специалистами Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения Агинский детский сад №1 «Солнышко» Саянского района Красноярского края.

**Сценарий занятия для детей средней группы**

**«Волшебное зеркальце» (автор: Светкина Л.И., воспитатель)**

Возраст детей: 4-5 лет

Цель занятия: Научить детей понимать эмоциональное состояние окружающих людей; дать представления о способах выражения собственных эмоций.

Задачи:

Развивающая: Развитие фантазии воображения творческих способностей коммуникативных навыков детей.

Образовательная: Расширять знания детей о чувствах эмоциях и способах их выражения. Закреплять умение детей определять настроение музыкального произведения

Воспитательная: Воспитание доброжелательного отношения к окружающим.

Оборудование: кукла Чубчик (игрушка с 2 лицами, с одной стороны – веселое лицо, с другой - грустное), коробка с зеркалами камешки желтого цвета (на каждого ребенка), ключ, фигурки (3 инопланетянина фигурки разные), магнитофон, он же специальное устройство), пиктограммы эмоций, светильник «звездное небо». обручи (или коврик).

**Ход  занятия:**

Воспитатель:Ребята, здравствуйте, какой сегодня прекрасны день, в такой день, точно надо ходить в гости. Посмотрите, что к нам пришел. Его зовут «Чубчик».

(Дети подходят к игрушке «Чубчику», (рядом с ним стоит коробка на замке с зеркалами)).

Воспитатель: Ребята подумайте, почему «Чубчик» грустный?

(Дети высказываются: заболел, нет настроения, нет друзей …..)

Воспитатель (прикладывает игрушку к уху и рассказывает детям)  «Чубчик» живет на планете «Чубис». Очень красивая планета. К нам прилетел он в гости привез подарки (коробка с зеркалами), но так торопился, что ключ потерял. Поможете нашему гостю отыскать ключик?

Перед тем как полететь за ключом, нужно зарядиться энергией земли и солнца.

Психогимнастика:

1. «Глазки».Глазки влево, глазки вправо, вверх и вниз и все сначала».(3 \_4 раза).
2. «Язычок» Язычок вы покажите, на него вы посмотрите, (выдвигать язычок вперед - назад (4\_5 раз).
3. «Ротик»: Чтобы четче говорить, рот подвижным должен быть (открыть рот и нижней челюстью делать резкие движения сначала слева направо, затем наоборот; 3\_4 раза)
4. «Ладошка»(с силой на ладошку давим, сильной стать ее заставим : согнутыми пальцами правой руки с усилием нажимать на ладонь левой руки, которая должна сопротивляться; тоже  другой рукой(3-4 раза).
5. «Домик»\_Мы построим крепкий дом, жить все вместе будем в нем(соединить концевые фаланги выпрямленных пальцев рук. Пальцами правой руки с достаточным усилием нажать на пальцы левой руки)
6. Упражнение на дыхание: Сделать глубокий вдох, задержать дыхание на 3 - 4 сек. Затем с шумом выдохнуть со звуком: а -а -а(3 раза).

Воспитатель: Вот мы и набрались сил и готовы отправиться в полет, садимся на корабль.(На полу лежит обруч). С «Чубчиком» на космическом корабле под музыку ребята с закрытыми глазами; музыка закончилась.

 Подходим к одной из планет (Обруч, или коврик) (на ней 3 фигурки инопланетян).

Воспитатель: Сколько фигурок вы видите, посчитайте (3).

А можно ли сразу доверять незнакомцам? (ответы детей).

Посмотрите на этой планете есть специальное устройство, которое поможет узнать, кто перед нами добрый или злой. Незнакомцу надо всего лишь встать на коврик (обруч), зазвучит музыка. А уж по характеру настроению этой музыки мы сможем, узнать, какая душа у этого существа добрая или злая. Мы сможем понять, с добрыми намерениями он к нам  идет или замышляет что то нехорошее

Инопланетянин размещается на коврике (обруче): каждый раз звучит музыка разная. Дети определяют характер, настроение музыки и делают выводы относительно каждой фигурки инопланетян.

Воспитатель: Молодцы! Правильно определили кто есть - кто?

Девочки и мальчики «Чубчик» говорит: мне на ушко, что на  его родной планете не умеют приветствовать друг друга. Поможем расскажем инопланетянам, как приветствуют на земле «здравствуй»; «привет», «добрый день», «доброе утро», «рад видеть тебя» и т. д.)

Воспитатель: А знаете, Чубик мне говорит, что наш незнакомец злой потому, что у него плохое настроение. А плохое настроение потому, что сломались картинки, которые помогают ему изображать различные настроения.

Поможем починить картинки (пиктограммы веселого, грустного, нейтрального настроения, разрезаны на три части). Дети собирают пиктограммы и угадывают изображенное на каждой из них настроение). Воспитатель «неожиданно» находит ключ.

Под музыку на космическом корабле летим в группу.

Воспитатель: Вот мы и в своей группе, теперь открываем коробку.

Ребята, посмотрите в волшебные зеркала, и вы увидите самое дорогое. Кого вы видите? (-Себя!) Вы и есть самое дорогое, что есть на свете! Проговариваем волшебные слова перед зеркалом:

Свет мой зеркальце, скажи,
правды путь мне укажи;
Кто на свете всех дороже,
всех милее и пригоже?
вижу в зеркальце ответ:
«пред тобою меркнет свет»!
каждый встречный и прохожий -
для себя он всех дороже»
любит пап и мам,
но дороже всех – я сам!

При прощании «Чубчик» дарит детям «живые камешки» (желтые).

Воспитатель: Ребята, если вы захотите увидеть «Чубчика» возьмите камешек сожмите и представьте приближение «Чубчика». И Он  вновь, придет к нам в гости. Понравилось вам путешествие? (дети делятся впечатлениями). А теперь попрощаемся с «Чубчиком»

**Сценарий занятия для детей старшей-подготовительной группы**

**«В мире эмоций» (автор Н.Б.Тюгаева, педагог-психолог)**

**Цель:** продолжать развивать проявление эмоций у детей дошкольного возраста
**Задачи:**

- продолжать познакомить детей с различными способами выражения эмоций;

- учить детей приемам снижения психоэмоциональное напряжение;

-формировать интерес к собственному эмоциональному миру;

- учить определять, фиксировать и описывать собственные эмоции и эмоции окружающих людей.

**Оборудование и материалы:** планшет, репродукции картин, цветные карандаши, восковые мелки и фломастеры, раскраска «бабочка»

**Возраст детей: 5-7лет**

**Продолжительность занятия:**35 минут.

1. **Ход занятия**

**Вступительная часть.**

**Упражнение «Солнышко»**

*Цель: формировать у детей настрой на занятие, снижение тревожности*

*(Дети становятся в кружок, повторяют движения за педагогом, проговаривая слова)*

Солнышко проснулось *(дети открывают глазки и тру их кулачками),*

Сладко потянулось *(потягиваются)*

Размяло ножки *(встряхивают ножки),*

Размяло ручки *(встряхивают ручками),*

Улыбнулось всем *(дети смотрят друг на друга и улыбаются).*

И свободно расходятся по кабинету (группе)

**Упражнение «Море волнуется раз, два, …»**

*Цель: снижение психоэмоционального напряжения, раскрепощение детей, развитие воображения.*
Дети свободно перемежаются поп помещению, педагог проговаривает слова: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, морская фигура на месте – замри» Деи принимают причудливые формы.

- Море волнуется - раз!

- Море волнуется - два!

- Море волнуется - три! Далее игра усложняется:

Фигура медузы на месте замри (фигура рыбки на месте замри ….

Дети замирают в одной из поз. По команде «отомри» упражнение продолжается.
Педагога отмечает наиболее выразительные позы у детей.
**II. Основная часть.** **Беседа «Мир эмоций»**

*Цель: формирование у детей знаний о эмоциях и чувствах, их отличиях, и проявлении эмоций у разных людей.*

Педагог: Ребята, что такое эмоции? А какие эмоции вы знаете? Чем отличаются чувства от эмоций? Что влияет на наши эмоции? Как распознать, какие чувства испытывает человек? (*ответы детей*)

Сейчас вы и я вместе с вами попробуем угадать эмоции друг друга и поиграть в игру:

«Зеркало»

**Упражнение «Зеркало»**

*Цель: развитие умения понимать эмоции окружающих через проигрывание эмоционального состояния.*

Педагог: Представьте, что мы с вами пришли в театр, а в коридорах театра нас встречают разные герои в масках. Вам надо изобразить – повторить ту же эмоцию что и герой и отгадать кого он изображает. Ведущий подходит к педагогу и ему на ушко предлагается изобразить: злого Джина, добрую бабу Ягу, угрюмого Кощея, ленивого кота и т.д.

Молодцы ребята. А сейчас, мы вышли из театра а погода –то совсем испортилась.
**Упражнение «Угадай настроение природы»**

*Цель: формирование умения регулировать собственное настроение*

Ребята, мы с вами оказались в самом эпицентре бури. Какие эмоции вы испытываете, рассматривая картину? Давайте представим и опишем словами.

Но, так как мы же научились быть в театре волшебниками, мы можем оказаться в любом другом месте. И оказываемся в другом месте. Какие эмоции вызывает у вас эти картины?









**Упражнение «Бабочка»**

*Цель: формирование позитивного эмоционального состояния*
И наконец, мы оказались на красивейшем лугу, а еще у нас с вами появилась способность преображать бецветный мир. На этом лугу все красивое, но почему-то бабочки все черно-белые. Давайте их раскрасим в соответствии с вашим сегодняшним настроением. Можно пользоваться мелками, карандашами и даже фломастерами. Только рисуем аккуратно. Раскраска бабочка:

*Упражнение в кругу:*

**Упражнение «Воздушный шарик»**

*Цель: снижение тревожности, релаксация, развитие саморегуляции.*

Педагог просит детей разделиться на пары.

Представьте, что вы сдутое колесо (первый ребенок в паре), а второй ребенок – насос. Вам надо накачать колесо. (Дети имитирует насос): фух- фух…, а колесо накачивается Ш-ш-ш…,а теперь колесо опять спустилось: ссс…… Далее дети меняются в парах.

1. **Заключительная часть.**

**Упражнение «Что мне запомнилось»**

*Цель: рефлексия занятия, развитие коммуникативных навыков.*
Дети садятся в круг и по очереди рассказывают, что им запомнилось из занятия.

Педагог подводит итог занятия, благодари детей за интересные моменты.

**Сценарий занятия для детей старшей группы**

**Занятие «Рассерженные шарики» (автор Н.Б.Тюгаева, педагог-психолог)**

Цель: Обучение ребенка адекватным способам выражения собственных чувств. Снижение агрессивности, раздражения

Задачи:

Обучающая: Обучение приемлемым способам выражения собственных эмоций, учить осознанию эмоций, чувств других людей.

Развивающая: Развитие устойчивого внимания.

Воспитательная: Формирование умения контролировать собственные эмоции, чувства.

Возраст воспитанников: Старший дошкольной возраст

Оборудование: Медленная музыка, камень, рисунки, изображающие следы, шарики, листы бумаги.

Используемые техники: Игры – техники основанные на рекомендациях Хайди Кэдьюсон  (Практикум по игровой психотерапии. СПб.: Питер, 2001)

Ход занятия:

*Упражнение «Встреча в кругу»*

Дети встают в круг и представляются друг другу ласковыми именами, так, как они хотят, чтобы их называли, например: Ванюшка…

*Упражнение «Оживим камень»*

**Педагог:**Что у меня в руках?

**Дети:**камень.

**Педагог:**Какой он?(прикладывает к щеке каждого ребенка)

**Дети:**Холодный

**Педагог:**Каквы думаете, его можно согреть?

**Дети:**Наверное…

**Педагог:**Я знаюволшебные слова, которые помогут нам согреть камень. Камень, камень, возьми тепло рук, жар моего сердца и подари их моему другу.

*Передает камень рядом стоящему ребенку. Тот крепко сжимает камень в руках, говорит «волшебные слова» и передает его дольше по кругу. Через некоторое время камень вновь оказывается в руках у педагога.*

**Педагог:**Почувствуйте, какой теперь стал камень!

**Дети:**Теплый

**Педагог:**Вы видите, мы передали камню часть нашего тепла, и холодный камень стал теплее, как будто ожил. И если мы, люди, будем дарить друг другу тепло, каждый почувствует себя уютнее, станет веселее и добрее.

*Упражнение «Рассерженные шарики»*

*(дети садятся на коврик в круг)*

**Педагог:**Все мы хотим быть добрыми, веселыми, послушными… Правда?

**Дети:**Да

 **Педагог:**Но это не всегда у нас получается. Вы знаете, что человек может испытывать различные чувства, переживать различные эмоции. Как радости, удивления, так и гнева, печали. Самое главное – уметь правильно избавляться от отрицательных эмоций. Назовите опасные способы выхода агрессии.

**Дети:**Драться, кричать другна друга.

**Педагог:**Молодцы, а теперь скажите: как можно безопасно избавиться от раздражения.

**Дети:**Побоксовать подушку, покричать в лесу, порвать бумагу….

**Педагог:**На что вы чаще всего злитесь?Давайте попробуем увидеть и услышать это чувство (*Предлагаю* *каждому ребенку взять надутый шарик.* )

Представьте, что шарик – это человек, в котором накопилось много раздражения, злости (это воздух внутри шарика). Видите, какой человек стал сердитый? Он вот-вот лопнет от злости! Как вы думаете, воздух сейчас может входить в шарик и выходить из него?

**Дети:**нет.

**Педагог:**А если человека переполняют злоба и гнев, может он остаться спокойным и мыслить трезво?

**Дети:**нет.

**Педагог:**Почему? (*Предположения детей*) Сделай так, чтобы шарик лопнул, как будто взорвался. Его можно проткнуть, можно прыгнуть на него, можно его прокусить (*Выполняют*) Как вы считаете, это безопасный выход агрессии?

**Дети:**нет.

**Педагог:**Почему?

**Дети:**Можно испугаться самому, испугать других.

**Педагог:**Раз шарик – это человек, то взрывающийся шарик может шарик может означать какой-либо агрессивный поступок, например, нападение, оскорбление, а это как вы видите – опасно. Возьмите еще один шарик. Надуйте его, но не завязывайте, а просто крепко держите, так, чтобы воздух не выходил наружу. Наш шарик по-прежнему человек, а воздух внутри его – раздражение, гнев. Выпустите из шарика немного воздуха и вновь крепко зажмите. Посмотрите – шарик уменьшился?

**Дети:**Да

**Педагог:**Вот видите, шарик остался целым и невредимым, не лопнул и никого не напугал. Так и человек: когда он выражает свои чувства контролируемым способом, он никому не причиняет вреда. Помните, что воздух в шарике – это чувства раздражения и гнева. Вышел воздух – прошла злость. А шарик – человек – остался цел и невредим. Как вы думаете, это способ опасный или безопасный?

**Дети:**конечно, безопасный.

**Педагог:**Почему?

Вы видели, слышали и чувствовали, как чувства раздражения гнева могут накапливаться и однажды могут вырваться наружу и напугать.  Поэтому очень важно научиться избавляться от злости дозировано, безопасно.

*Упражнение «Ноги топают»*

**Педагог:**Вспомните, бывало с вами такое – вы сердились и вам хотелось топнуть ногой?

**Дети:**Да

**Педагог:**Когда это происходило?Чтобы злостьне мешала играть лучший способ избавления от злости – топнуть ногой рядом с рисунком, изображающим следы. Мы поймем, что чувства «вышли» из нас, потому что стопы станут горячими и нам станет легче. Начнем?

(Педагог и дети топают рядом со следами) Что вы почувствовали? Ваши следы ступни стали горячими*? (*Когда *дети подтверждают, что стопы стали горячие, предлагает нарисовать рядом со следами - солнышко*). А теперь нарисуйте рядом со следами – солнышко.

*Упражнение «Разрывание бумаги»*

**Педагог:**Есть еще один способ избавиться от неприятных чувств, но я вам расскажу о нем при условии: после выполнения задания вы поможете мне навести порядок. Возьмите бумагу, разорвите ее на кусочки, сложите в цент круга. Вот сколько раздражения и злости вышло из нас! Давайте представим, что это снег. (*Дети подбрасывают бумагу вверх*)

Приехала снегоуборочная машина и стала собирать снег. Помните, что вы мне обещали? Помогайте, подгребайте снег к машине.

*Релаксация.*

*(дети ложатся на ковер)*

**Педагог:**Примите позу в которой вам удобно, комфортно (*Включается медленная музыка*) Закройте глаза, расслабьтесь, отдыхайте. Через некоторое время выключаю музыку. На счет «Раз, два, три» вы открываете глаза, медленно переворачиваетесь на правый бочек и медленно поднимаетесь. Потянулись вверх медленно, медленно, потянулись встав на носочки, сделали глубокий вдох. Выдох. И еще раз. Дышите медленно, спокойно.

*Упражнение «Хорошие»*

**Педагог:**Я хороший! Ты хороший! (*По кругу все дети должны произнести эти слова. Когда все дети произнесут эти слова то берутся за руки*)

**Дети:**Все мы хороший, умные, послушные, замечательные.

*Упражнение «Прощание»*

**Педагог:**Подойдите к столу, выберите эмоцию соответствующую вашему настроению.

*(Дети выбирают свою эмоцию, свое настроение)*

**Сценарий занятия для детей старшего дошкольного возраста**

**«Путешествие в страну эмоций» (автор Н.Б.Тюгаева, педагог-психолог)**

**Цель:** развитие эмоционального интеллекта старших дошкольников.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- Закрепить умение узнавать и выражать эмоции, эмоциональные состояния в мимике;

- Формировать положительное отношение к окружающим, сбалансированность эмоций;

**Развивающие**:

- Развивать саморегуляцию воспитанников через прослушивание музыкальных произведений;

Упражнять в умении поддерживать беседу, участвовать в коллективном разговоре.

**Воспитывающие:**

- Создать комфортный психологический микроклимат в группе, бодрое и радостное настроение;

* Сохранение здоровья воспитанников через психогимнастику и релаксацию;
* Формировать доброжелательные и равноправные отношения между сверстниками;

Оборудование:

Демонстрационный материал:

Ход занятия:

- Здравствуйте, ребята. Я рада вас видеть! На улице ярко светит солнышко и ласково улыбается нам. Я предлагаю вам встать в кружок и солнечно с улыбкой поприветствовать друг друга, пожелать хорошего дня.

(Дети становятся в круг, приветствуют друг друга)

- Наше настроение зависит от наших поступков, от того, что мы делаем и как. В свою очередь, наше настроение влияет на настроение окружающих, и они испытывают разные эмоции.

-Ребята, а вы думаете, чем мы сегодня будем заниматься? О чем будем говорить?

(ответы детей)

-Ребята, мы сейчас с вами отправимся в путешествие в страну «Эмоции». Для того чтобы мы могли путешествовать, нам нужен транспорт. На каком транспорте вы путешествовали?

-Давайте построим корабль из модулей и поплывем на нем в страну эмоций

(дети строят корабль)

Но нам нужно делать по пути в, для этого вы должны по 4 человека сесть в лодочку (обруч) и поехать к островкам.

Дети разъезжаются по островкам.

На каждом островке педагоги предлагают ребятам задания, каждая лодочка должна побывать на всех островках.

(переплывать с островка на островок можно по звонку).За каждое выполненное задание 1 из членов лодочки получает наклейку-улыбочку.

1 островок:

- Ребята, случилось грустное событие, картинка разломалась и рассыпалась. Части все здесь на столе. Надо собрать, и рассказать, что изображено на картинке и какое настроение у героя картины



Дети объясняют настроение героя. Педагог просит придумать что у котика случилось, поему он грустный. (котик грустный)

2 островок. «Нелепицы»

Ребята получают картинку, нужно назвать как можно больше нелепиц, нарисованных на рисунке







Педагог просит рассказать, какие эмоции ребята испытали при рассматривании картинок (удивление, радость) и почему.

3 островок «Дорисуй эмоцию»

Ребята, художник рисовал девочек, но забыл нарисовать губки, в ведь когда человек испытывает эмоции, у него меняется все лицо. И глаза, и губы, и брови – по чертам лица можно судить злится или радуется человек, грустит или спокоен, испуган или расстроен.

Задание – дорисовать на картинке губы у девочки и рассказать, что за эмоция изображена



После того как задание выполнено, и дети обсудили и рассказали, что за эмоции нарисованы. Педагог предлагает сравнить с оригиналом.



Островок 4 «Изобрази эмоцию»

Воспитатель показывает детям волшебные часики, на которых вместо цифр….. (говорят дети)

дети крутят стрелочку и пытаются изобразить выбранную эмоцию



Островок 5 «Волшебная страна эмоций»

Дети собираются все месте.

- Ребята, вот и добрались мы до волшебной страны. Но какая она, каждый из вас представляет по-своему. Предлагаю вам вместе на ватмане нарисовать волшебную страну. Но это должна быть страна, а не отдельные части. Поэтому вы должны договориться, кто, что изображает

**Рефлексия.** *Беседа с детьми:*

А сейчас нам пора возвращаться в детский сад.

Что вы сегодня узнали на занятии? (ответы детей)

А что вам больше всего понравилось? (ответы детей)

Молодцы, ребята! Вы были дружными, активными и справились со всеми заданиями!

Мне тоже очень понравилось наше путешествие. Я желаю вам хорошего настроения, и чтобы вы говорили друг другу только хорошие и добрые слова.

Я очень хочу узнать, какое настроение у вас осталось после нашего путешествия.

Воспитатель: (если вдруг у кого – нибудь будет грустное настроение) От чего тебе грустно? Тебе что-то не понравилось? А у меня настроение очень хорошее и я хочу с тобой им поделиться.

И чтоб наша встреча запомнилась, давайте на память сделаем фотографию. На этом наше занятие заканчивается. Спасибо, до свидания.

#

# Заключение

Эмоциональный интеллект является основой построения гармоничных отношений с миром. Без этого навыка любому человеку, а тем более, ребенку с ограниченным возможностями здоровья невозможно выстроить продуктивные, ясные отношения в кругу семьи, со сверстниками в группе, с одноклассниками в школе. Для всех современных детей способность разбираться в собственных эмоциях и понимать чувства других – трудная задача. Для детей с ОВЗ, у большинства из которых наблюдаются нарушения эмоционально-волевой сферы, непонимание эмоциональных проявлений окружения, неумение правильного выражения собственных эмоций, это может стать неопределимым препятствием при выстраивании взаимоотношений с социумом.

 Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста с особенностями развития, так же, как и нормативно развивающихся сверстников, проходит ряд этапов, на которых важно контролировать и диагностировать, что происходит с каждым ребенком, для того чтобы перейти на следующий этап или продолжить работу здесь и сейчас, с учетом возраста и особенностей развития каждого ребенка. В каком бы возрасте взрослые не начали заниматься развитием эмоционального интеллекта у ребенка с ограниченными возможностями здоровья, алгоритм его формирования будет единообразен, но будет зависеть от стартовых возможностей ребенка и от его потребностей. Знакомство с миром эмоций органиуется в логике от простого к сложному: сначала надо начинать рассказывать ребенку о чувствах и эмоциях, проговаривать их вслух, наглядно показывать эмоциональные проявления в разнообразных видах деятельности. Затем – учить распознавать проживаемые чувства и эмоции, побуждая ребенка самостоятельно выражать свои чувства и эмоции самостоятельно в разных жизненных ситуациях.

Дошкольный возраст благоприятен для развития эмоционального интеллекта, и лучше всего развитие дошкольников происходит в игровой деятельности. Играя в социально-эмоциональные игры в парах или группах, с детьми или со взрослыми, ребенок приобретает необходимые навыки коммуникации, сотрудничества, учится договариваться и эмоционально проявлять свои чувства, что способствует его адаптации к условиям того социума, в котором он проживает. Применение в повседневных дошкольных буднях разнообразных технологий, методов, приемов развития эмоционального интеллекта позволяет разнообразить педагогический процесс и целенаправленно воздействовать на процесс эмоционального развития дошкольников с ОВЗ.

Мы считаем, что работу по развитию эмоционального интеллекта у детей с ОВЗ необходимо начинать с дошкольного возраста в рамках комплексного психолого-педагогического сопровождения с участием родителей. Заинтересованность родителей необходимо поддерживать социально-эмоциональным прогрессом детей в сфере взаимодействия со сверстниками и взрослыми, перспективой успешного обучения в дальнейшем, в школе.

# Библиографический список

1. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R., Sitarenios G. Emotional intelligence as a

standard intelligence // Emotion. 2001. V. 1. P. 232–242

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор самоактуализации // Социальный и эмоциональный интеллект: От процессов к измерениям / Под. ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М., 2009.
2. Выготский Л. С. Собрание сочинений: в 6 т. / Гл. ред. А. В. Запорожец. — М.: Педагогика, 1982–1984. Т. 2: Проблемы общей психологии / Под. ред. В. В. Давыдова. – 1982. – 504 с.
3. Куницына В.Н. Межличностное общение : учебник / В.Н. Куницына, Н.В. Казаринова, В.М. Погольша. – Санкт-Петербург : Питер, 2003. – 544 с.
4. Ленкина В.О. Способы развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста / В.О. Ленкина, А.А. Огир, О.В. Вартанян [и др.] // Молодой ученый. 2017. № 13. – С. 569–571 [Электронный ресурс]. – URL: <https://moluch.ru/archive/147/40819/>
5. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность : учебное пособие / А.Н. Леонтьев. – 2-е издание, стереотипное. – Москва : Смысл : Академия, 2005. – 352 с.
6. Люсин Д.В. Современные представления об эмоциональном URL://www.creativity.ipras.ru/texts/books/social\_IQ/lusin1\_Social\_IQ.pdf (дата обращения:19.01.2023)
7. Люсин Д.В. Способность к пониманию эмоций: психометрический и когнитивный аспекты / Д.В. Люсин. В сборнике: Социальное познание в эпоху быстрых политических и экономических перемен. – 2000. – С. 25-35
8. Психология эмоций. Тексты / Под ред. В. К. Вилюнаса, Ю. Б. Гиппенрейтер – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. — 288 с.
9. Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. — Москва : Институт психологии РАН, 2004. — 176 с. - (Труды Института психологии РАН). - ISBN . - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1058637> (дата обращения: 24.05.2023)
10. Яковлева Е.Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития // Вопросы психологии. 1997. № 4. С. 20–27.
11. Топ 10 игр для снятия психоэмоционального напряжения у детей// URL:<https://vk.com/doc52541511_656496785?hash=TpLGj2wtxCfguYcCpppoxBizVVVRZNNZo8skx4VZwiT&dl=tKRR0FrRqRyrpD0mVFvVGkYQKYwynXHVF1jQHZxEkhz> (дата обращения: 17.01.2023) вк не считаем!!
12. Дудкина Ж.Г. Картотека игр для развития эмоционального интеллекта дошкольников.URL:http://ds68.klgd.prosadiki.ru/media/2018/11/14/1224426156/Kartoteka\_igr\_dlya\_razvitiya\_e\_mocional\_nogo\_intellekta\_doshkol\_nikov.pdf (оформить гипессылкой, сейчас она не активна (дата обращения?
13. Картотека игр и упражнений по театрализованной деятельности. Картотека игр на развитие эмоциональной сферы. URL: <https://detstvo227.ru/images/18-19/str_ped/nikolayeva/kartoteka_igr_i_uprazhneniy_po_teatralizovannoy_deyatelnosti.pdf> (дата обращения: 21.01.2023)
14. 14. Танцура В.М. Картотека игр для развития эмоционально-волевой сферы у обучающихся с ОВЗ. URL:
15. [https://multiurok.ru/files/kartoteka-didakticheskikh-igr-po-razvitiiu-emotsio.html (дата обращения: 21.01.2023)](https://multiurok.ru/files/kartoteka-didakticheskikh-igr-po-razvitiiu-emotsio.html%20%28%D0%B4%D0%B0%D1%82%D0%B0%20%D0%BE%D0%B1%D1%80%D0%B0%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F%3A%2021.01.2023%29)
16. Картотека игр для развития доброты и сопереживания// <https://infourok.ru/kartoteka-igr-dlya-razvitiya-dobroty-i-soperezhivaniya-5157936.html> (дата обращения: 19.01.2023)
17. Авилова И.В. Развитие эмоционального интеллекта у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья как основного компонента, способствующего благоприятной адаптации к школе. Региональный центр психолого-педагогической помощи и сопровождения АУ «Институт развития образования», г. Ханты-Мансийск. URL:[https://iro86.ru/images/Documents/2019/tn/2.14.Авилова.pdf](https://iro86.ru/images/Documents/2019/tn/2.14.%D0%90%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0.pdf) (дата обращения: 17.01.2023)
18. Соболева М. (У НЕЕ ТОЛЬКО ИМЯ?) Картотека игр для развития эмоциональной сферы детей. URL:<https://www.maam.ru/detskijsad/-kartoteka-igr-na-razvitie-yemocionalnoi-sfery-detei.htm> (дата обращения: 21.01.2023)

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. N 1155 г. Москва «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования [↑](#footnote-ref-1)