

Журнал для родителей



"РАДУГА ДЕТСТВА"

Выпуск №7



## От редактора

### ДОРОГИЕ НАШИ ЧИТАТЕЛИ!

Рады приветствовать Вас на страницах нашего журнала. Наш выпуск будет посвящен детским эмоциям. Эмоции играют важную роль в жизни детей. Не каждый взрослый человек способен разобрататься во всей гамме своих переживаний. А для ребенка эта задача становится еще более трудной. Дети не всегда понимают свои даже простые эмоции, тем более им трудно осознать те разнообразные переживания, которые возникают по мере расширения их связи с внешним миром. Поэтому в этом выпуске вам расскажут с какого возраста и как начинают знакомиться с эмоциями малыши. Инструктор по физической культуре подготовила для вас ответ на вопрос как физическая активность ребёнка влияет на его психологическое благополучие, а музыкальные руководители ответили на вопрос, как влияет слушание музыки на развитие эмоций у дошкольников.

На странице педагога-психолога вы получите рекомендации по как преодолеть агрессию у детей.

Наши педагоги групп компенсирующей направленности поделятся с вами опытом «формирование эмоционально-волевой сферы у детей с задержкой психического развития» и «Как связаны речь и эмоции?».

В рубрике «Калейдоскоп событий» для вас представлено развлечение, посвященное Дню Улыбки в средней группе «Непоседы».

Мы благодарим всех авторов, участвующих в создании этого выпуска. В нашем детском саду созданы комфортные условия для развития эмоциональной сферы у дошкольников, и мы надеемся, что наши советы будут вам полезны.

До встречи на страницах нового журнала!

Главный редактор журнала Белянкина А.С., заместитель заведующего по УВР

МДОБУ «Детский сад № 9 «Радужка»

Творческая группа журнала «Радуга детства» (Выпуск №7)

Белянкина А.С., главный редактор

Фомичева Ю.В., оформление, макет

Редакторы номера:

Фомичева Ю.В.,

Кузнецова Т.В.,

Быкова Ю.А.,

Максимова Н.В.,

Гвоздева Ю.А.,

Киселева О.В.,

Степанова Л.В.,

Ерошенкова О.В.,

Якубовская В.В.,

Пригодская М.Л.

#### В ЭТОМ ВЫПУСКЕ

От редактора.....	2
Преодолеваем агрессию у детей .....	3
Связь речи и эмоций у детей .....	5
Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста.....	6
Знакомство младших дошкольников с эмоциями.....	7
Всемирный день улыбки.....	9
Предупреждение ситуаций, вызывающих отрицательные эмоции детей в физкультурном зале.....	10
Роль слушания музыки в развитии эмоций у детей дошкольного возраста.....	12



## ПРЕОДОЛЕВАЕМ АГРЕССИЮ У ДЕТЕЙ

В современной психологии различают понятия «агрессия» и «агрессивность». Первое обычно рассматривают как *отдельные действия, поступки*, второе – как *относительно устойчивое свойство личности*, выражающееся в готовности к агрессии, а также в склонности воспринимать и интерпретировать поведение другого как враждебное.

**Агрессивное поведение** – это употребление оскорбительных слов и выражений, склонность ребенка к физическим столкновениям, драке. Часто к агрессивности как защитному механизму прибегают избалованные или отверженные дети.

### Возможные причины:

авторитарный стиль воспитания, либо гипоопека;

родители поощряют агрессивность в своих детях, либо показывают модель соответствующего поведения в семье и по отношению к окружающим;

внешнее информационное воздействие (влияние компьютерных игр, мультфильмов, Интернета, телевидения и др.);

стремление ребенка привлечь к себе внимание сверстников, стремление получить желанный результат, стремление быть главным, желание ущемить достоинство другого с целью подчеркнуть свое превосходство.

**Среди психологических особенностей, провоцирующих агрессивное поведение, выделяют следующие:** недостаточное развитие интеллекта, сниженная самооценка, низкий уровень самоконтроля, неразвитость коммуникативных навыков, повышенная возбудимость нервной системы вследствие различных причин (травмы, болезни и пр.).

### Рекомендации педагога-психолога:

создавайте доброжелательную атмосферу в семье. Показывайте ребенку личный пример конструктивного поведения. В дошкольном возрасте дети очень быстро осваивают стиль поведения родителей. Ликвидируйте все агрессивные формы поведения среди близких: ребенок всегда подражает тому, за чем привык наблюдать.

Обучите способам выражения агрессии в приемлемой форме.

Обучите приемам саморегуляции, умению владеть собой в различных ситуациях. Подавайте пример собственным поведением.

Позаботьтесь о себе! Отсутствие самоконтроля у взрослого отрицательно влияет на поведение и эмо-

циональное состояние ребенка. Контролируйте собственные эмоциональные реакции. Давайте выход своим чувствам в отсутствие ребенка.

Установите тактильный контакт (объятия, поглаживания, различные телесно-ориентированные игры и любящий взгляд – все это язык родительской любви!).

Сделайте подборку правильных фильмов, мультфильмов, развивающих игр. Важно контролировать и фильтровать то, что смотрит и во что играет ребенок.

Обсуждайте с ребенком его отношения со сверстниками и близкими людьми, побуждайте его задуматься о том, что в его поведении может обидеть или обрадовать окружающих.

Обучайте ребенка приемам, которые могли бы помочь ему исправить ситуацию, если она уже произошла. Важно, чтобы ребенок был способен признать свою вину, искренне раскаяться в произошедшем, извиниться, спросить, что он мог бы сделать, чтобы загладить произошедшее.

Спланируйте для ребенка режим дня, помогайте его соблюдению. Обязательно включайте время для совместных игр, чтения и общения. Играйте с ребенком в игры, направленные на развитие коммуникативных навыков, в подвижные игры с правилами. Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в выполняемом.

Любите и принимайте ребенка таким, каков он есть!!!



## Полезные игры дома

### Коробка добрых дел

Из плотной цветной бумаги или картона вырежьте любые фигурки: сердечки, цветочки или просто кружочки. В конце дня предложите ребенку бросить в коробку столько цветочков или сердечек, сколько добрых поступков он совершил за сегодня. Если он затрудняется, постарайтесь найти доброту в самых маленьких хороших делах.

### Я считаю до 10...

Это правило, которого должен придерживаться ребенок, когда чувствует свою готовность действовать агрессивно. Он ни в коем случае не должен принимать никакого решения сразу, а вместо этого попробовать спокойно посчитать до десяти, успокаивая свое дыхание и стараясь расслабиться. Только после этого он может принять решение, как ему действовать в данной ситуации. Обсудите с ребенком, как изменились его мысли и желания после «успокоительного» счета. Какое решение будет более эффективным, а какое повлечет за собой еще большие трудности?

### Где прячется злость?

Ребенок закрывает глаза. Не открывая глаз, нужно словом или жестом ответить на вопросы: «Где прячется злость? В коленях, в руках, в голове, в животе? А гнев? А раздражение? А грусть? А радость?». Такое упражнение позволит ребенку контролировать свои эмоции и снять напряжение.

### Смотай клубочек

Предложите ребенку смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Не забудьте сообщить ему, что этот клубочек волшебный – забирает грусть, печаль, злость и обиду, как только начинаешь его сматывать, так сразу же успокаиваешься.

### Тух-тиби-дух

Взрослый рассказывает ребенку о волшебном заклинании против плохого настроения: чтобы плохое настроение исчезло, надо очень сердито произносить: «Тух-тиби-дух!». Только есть один запрет, чтобы оно подействовало: нельзя смеяться. Повторять заклинание до тех пор, пока настроение не изменится.

### Обнимашки

Во время подобных игр можно обниматься, щекотать, кружить ребенка, качать на руках и т.п. Такие игры полезны еще и тем, что ребенок сможет выплеснуть накопившиеся у него эмоции, это придает подобным играм терапевтический эффект.

### Мама рассердилась

Родитель говорит ребенку, что взрослые тоже иногда сердятся, потом сами сильно от этого огорчаются, поэтому им тоже нужно помогать избавляться от «сердиток». Далее ребенок играет роль родителя, который рассердился. На что он рассердился, ребенок придумывает сам. Взрослый играет роль ребенка, который пытается «снять сердитки». В игре ребенок учится конструктивным способам снятия напряжения. Родителям это дает возможность посмотреть на себя «глазами ребенка».





## Связь речи и эмоций у детей

Педагоги и родители часто сталкиваются с тем, что детям трудно выразительно прочесть стихотворение, увлекательно о чем-то рассказать, ярко и эмоционально исполнить роль в театрализованной деятельности. Это потому, что дети еще не умеют показывать свои эмоции, а тем более им сложно передать чувства, которые испытывал сказочный герой или автор произведения. Яркий и загадочный мир эмоций с его многообразием чувств, интонаций, мимики и жестов необходимо раскрывать перед детьми с самого раннего детства.

На начальном этапе необходимо научить детей распознавать эмоциональные состояния (радость, удивление, грусть, испуг, злость). Работа проводится через беседы, игры, мимические упражнения: «Угадай, кто веселей», «Отгадай настроение», «Озорные обезьянки», «Изобрази настроение».

В процессе усвоения эмоциональных состояний формируется эмоциональный словарь и развивается интонационная выразительность речи. Детей нужно научить понимать выразительность речи также как учить их воспринимать смысловую ее сторону. В этом помогут игры: «Скажи по-другому», «Я начну, а ты продолжи», «Кто больше придумает слов», «Слова-приятели», «Составь предложение», «Прочитай письмо», «Скажи наоборот», «Назови ласково», «Карлики и великаны», «Про кого (что) можно сказать», «Похожие слова» и др.

На следующем этапе работы используются стихи-диалоги, небольшие инсценировки, стихи, а также разыгрываются по ролям небольшие сказки, сюжетно-ролевые игры, включающие ситуации из жизни.

Наша речь – это не только слова, но как мы их произносим, какие чувства в них вкладываем. Это такое же искусство как писать картины, музыку, стихи. И этому искусству нужно учиться с детства.



## ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Эмоции и чувства у детей дошкольного возраста отражают восприятие реальности ближайшего окружения. Мы знаем, что маленький ребёнок находится во власти эмоциональных проявлений, т.к. он не умеет управлять ими; эмоции быстро появляются и быстро пропадают.

У детей с задержкой психического развития формирование эмоционально-волевой сферы замедленно; им сложнее воспринимать разные эмоции. Формирование навыков управления своими эмоциями проходит дольше и труднее. Причина заключается в том, что у таких дошкольников психические процессы (внимание, восприятие, память, мышление) в стадии формирования.

Поэтому коррекционная работа по развитию эмоционально-волевой сферы в группе компенсирующей направленности для детей с ЗПР находится во главе всех. Необходимо у воспитанников сформировать навыки управлять собственными чувствами и способами поведения; только тогда появятся рациональность и осмысленность эмоций; ре-

бёнок обучится нормам морали и правилам поведения.

Эмоции ребёнок дошкольного возраста распознаёт через мимические жесты и позы – это показывают исследования разных психологов. Важно регулярно, в разных формах, непременно организовывать мероприятия в группе, в ходе которых воспитываются гармоничные проявления эмоций у малышей, формируется мораль в поведении; ребёнок учится взаимодействовать с окружающим миром.

Поведение ребёнка определяется потребностью в позитивных и приятных эмоциях. Такие праздники, как: «День мира», «День добра и уважения», «День улыбки», «День сердца», «День дружбы» и другие служат основой для педагогической коррекционно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста по развитию динамики, содержания и устойчивости эмоций. Ребёнок готовится к социальным условиям жизни.

## Знакомство младших дошкольников с эмоциями

Эмоции и чувства имеют большое значение в развитии детей дошкольного возраста. Постепенно ребенок учится понимать свои чувства и переживания других людей, начинает различать эмоциональные состояния и изображать их в игре, сопереживает литературным героям. Этому способствуют разные виды деятельности и прежде всего общение со взрослыми и сверстниками. Какие эмоции доступны для понимания младшим дошкольникам и как их развивать? Я постараюсь ответить на этот вопрос.

Прежде всего ребенок должен научиться понимать собственные эмоции и эмоции других людей, а потом и управлять ими. Надо постараться обогатить речь ребенка словами, обозначающими эмоциональные переживания. Например, во время чтения и обсуждения сказки воспитатель спрашивает у ребенка, что почувствовал персонаж, какие эмоции испытал и дополняет его ответ. Побуждая детей вспомнить событие, которое вызвало переживания и запомнилось ребенку, воспитатель помогает понять, почему именно такие эмоции испытал ребенок и помогает ребенку их описать.

На следующем этапе знакомим с экспрессией выражения эмоций. Люди понимают эмоции другого человека по мимике (выражению лица, движениям мышц лица), пантомимике (движениям частей тела), жестам (движениям рук), интонации (выразительности голоса, изменениям высоты, силы, темпа звучания речи). Для развития экспрессии воспитатель обращает внимание ребенка на то, как выглядит персонаж сказки или человек. Во время чтения сказки, когда герой испытывает переживания, воспитатель просит детей изобразить то, что почувствовал персонаж. Когда дети рассматривают фотографии, иллюстрации к книгам воспитатель спрашивает, что происходит на картинке, почему герой такой грустный (веселый, задумчивый...).

На следующем этапе воспитатель знакомит детей с ситуациями возникновения эмоций: с опытом других людей, формируем осознание собственного опыта ребенка, знакомим с разными ситуациями на примере героев детской литературы и мультфильмов.



Эмоциональных оттенков множество. Но чтобы работа по развитию понимания эмоций была конечной и обоснованной, целесообразно строить ее, ориентируясь на систему фундаментальных эмоций. Существует несколько теорий эмоций человека. Теория Джеймса говорит, что эмоций много, поэтому много слов, обозначающих различные эмоциональные переживания. Это разные по своей силе переживания. Педагогу на практике удобнее работать с системой, представляющей группы сходных эмоций. Для этого можно взять теорию Кэрролла Изарда. Американский психолог выделяет 10 фундаментальных эмоций, которые отличаются друг от друга по нейрофизиологии, экспрессии и словесному выражению.

Для развития эмоциональной сферы в нашей группе используются игры и упражнения.

## **ЗЕРКАЛО**

*Цель:* актуализация опыта и знаний из области эмоциональной сферы.

*Ход:* 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.

## **МАЛЕНЬКОЕ ПРИВИДЕНИЕ**

*Цель:* обучение детей навыку в приемлемой форме выплескивать накопившийся у них гнев.

*Ход:* “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!”

## **КУБИК ЭМОЦИЙ**

*Цель:* развитие мышечного контроля, умения владеть собой

*Ход:* ребята, у меня в руках необычный кубик – Кубик эмоций. На нем нарисован злой колобок и задумчивый, веселый и грустный... Сейчас каждый из вас бросит кубик и изобразит колобка, которого увидел

## **ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ**

*Цель:* избавление от негативных эмоций

*Ход:* упражнение проводится во время утренней зарядки. Воспитатель просит детей лечь на спину и «вытряхнуть всю вредность», т.е. интенсивно потрясти руками и ногами. Когда ребята справились с упражнением воспитатель приглашает их идти за стол с хорошим настроением.





## Всемирный день Улыбки

7 октября отмечается прекрасный, добрый и светлый праздник – День улыбки! В нашем детском саду День улыбки прошёл на ура!

Утром детский сад в группе «Непоседа» встречал ребят песней «Улыбка», под которую они с удовольствием провели утреннюю зарядку в виде танцевального флешмоба. Затем играли в веселые игры со смайликом. Наши дети совместно с воспитателями организовали акцию «Подари улыбку»: они самостоятельно изготовили смайлики, нарисовали на шариках, а вечером подарили родителям.

Ребята из группы взяли у родителей интервью и узнали, что же вызывает у них улыбку и делает их счастливыми. Самыми популярными оказались ответы: «семья, дети, любимая работа, когда все здоровы и хорошая погода». Воспитатели группы изготовила рамку и интересные атрибуты для фотографий, и с удовольствием сделали много весёлых снимков, из которых потом получились прекрасные фото коллажи «Улыбайтесь вместе с нами».

День улыбки создал благоприятную обстановку в группах, вовлёл детей и воспитателей в совместную деятельность, повысил общий позитивный эмоциональный настрой, а главное, научил дарить друг другу хорошее настроение. Ведь улыбка может творить чудеса, дарить здоровье, давать силу!



## Предупреждение ситуаций, вызывающих отрицательные эмоции детей в физкультурном зале.

В статье затронута важная проблема - как физическая активность ребёнка влияет на его психологическое благополучие и как положительная эмоциональная атмосфера в физкультурном зале позволяет более эффективно достичь целей и задач физического воспитания в дошкольных учреждениях. Рассматриваются наиболее частые причины конфликтных ситуаций в спортзале, предлагаются эффективные способы их предотвращения. Особое внимание уделяется повышению интереса детей к физкультурной деятельности, связанного с созданием положительной эмоциональной атмосферы.

Физические упражнения положительно сказываются на развитии эмоциональной сферы ребёнка, так как создают бодрое, жизнерадостное настроение. Чувства, возникшие в ходе коллективной деятельности, переживаются ярче, полнее, оставляют приятные воспоминания и способствуют устойчивому желанию заниматься физкультурой.

Что же может стать причиной конфликтных ситуаций во время физкультурных мероприятий и как их можно предупредить?

Ситуации возникновения обид, конфликтов:

- несоблюдение дистанции между детьми;
- желание без надобности обогнать товарища;
- неумение быстро менять направление при беге в рассыпную;
- спор при выборе спортивных предметов;
- несоблюдение очередности движений;
- нарушение правил игры;
- нежелание пустить в круг опоздавшего;
- нежелание стоять рядом или брать за руку другого ребёнка;
- общий смех, насмешки над неудачами товарищей;
- нежелание быть пойманным в игре.



## Приёмы предупреждения ситуаций, вызывающих отрицательные эмоции:

своевременное объяснение порядка выполнения заданий;

правильная организация детей;

коллективные и индивидуальные предупреждающие указания спокойным, доброжелательным, но требовательным тоном;

образец общения в сочетании с личным примером: «Пропустите, пожалуйста!» «Подвиньтесь, пожалуйста!» «Прости, я нечаянно»

необходимые объяснения в случае коллективного смеха над неудачей товарища «Он сам расстроился из-за случившегося, а тут ещё вы смеётесь, ему очень обидно. Добрые люди не смеются над ошибкой, а стараются успокоить помочь. Я ведь не смеюсь, когда у вас что – то не получается, а стараюсь научить и помочь»

использование считалочек или игры «Стрелка» при распределении ролей, выборе ведущего; не настроенному на занятие ребёнку предложить посидеть на гимнастической скамье посмотреть, что делают другие дети, успокоиться, а затем присоединиться к ним;

Создание условий, способствующих формированию интереса к двигательной деятельности.

Важным моментом положительного эмоционального состояния детей в ходе физкультурных мероприятий является создание условий для осуществления двигательной активности:

наличие просторного помещения зала; наличие крупного спортивного оборудования, вспомогательных пособий в достаточном количестве. Особый интерес у детей вызывают красочные атрибуты, элементы костюмов, декораций, образные игрушки, игрушки–самоделки из бумаги (*вертушки, самолётики, лодочки*);

наличие у детей спортивной одежды и обуви;

своевременная подготовка детей перед входом в спортивный зал : очистка носа, переодевание в спортивную форму, девочкам убрать волосы, оставить в группе украшения и мелкие игрушки.

Спортивные развлечения и праздники вызывают особый интерес. Они бывают сюжетного характера или чисто спортивные. Особый подъём положительных эмоций вызывают соревновательные игры (*командные или индивидуальные*) с возгласами группы поддержки, сюрпризные моменты, участие родителей, награждения, угощения.

В заключении следует сказать, что физкультурный зал в детском саду является одним из любимых мест пребывания дошкольников. В зале всегда доброжелательная атмосфера, именно здесь дети имеют возможность реализовать естественную потребность в движении, испытать мышечную радость - первопричину положительных эмоций, благотворно влияющих на здоровье.



# Роль слушания музыки в развитии эмоций у детей дошкольного возраста



“Музыка – это звуки, но музыка – это также целая масса чувств, которые открываются в этих звуках для чутких людей”. А. В. Луначарский

В настоящее время современное российское общество остро переживает кризис духовно-нравственных идеалов. И самая большая опасность, подстерегающая наше общество сегодня - в разрушении личности. Ныне материальные ценности доминируют над духовными, поэтому у детей искажены представления о доброте, милосердии, великодушии, справедливости, гражданственности и патриотизме. Высокий уровень детской преступности вызван общим ростом агрессивности и жестокости в обществе. Детей отличает эмоциональная, волевая и духовная незрелость. В дошкольном возрасте происходит активное накопление нравственного опыта, и обращение к духовной жизни начинается с нравственного самоопределения и становления самооценки. Одним из средств воспитания нравственной личности является музыка. Одна из основных задач музыкального воспитания в детском саду – это ввести ребенка в мир музыки и воспитать эмоциональное и осознанное отношение к ней. Именно в процессе слушания музыки ребенок осознает собственное эмоциональное состояние, углубляет эмоциональное восприятие, воспринимает средства музыкальной выразительности. Музыка – это и есть собственно эмоция. Практика показывает, что в развитии эмоциональной сферы дошкольников слабо используются возможности музыки, содержанием которой являются чувства, эмоции, настроения. А, как известно, эмоциональная отзывчивость на музыку, развиваемая у детей в процессе музыкальной деятельности, напрямую связана с воспитанием таких качеств личности как доброта, умение сочувствовать другому человеку.

Чтобы создать условия для развития эмоциональной отзывчивости у дошкольников, музыкальные руководители в своей работе применяют такие методы:

- ◆ Наглядно-слуховой (исполнение музыки воспитанниками школы искусств);
- ◆ Наглядно-зрительный (демонстрация иллюстраций, видео);
- ◆ Словесный (беседа о музыкальных произведениях);
- ◆ Практический (передача детьми характера музыки в движениях, рисунках).

Понимание сущности и смысла музыкального обучения в современном мире под влиянием различных наук о человеке постепенно сдвигается в сторону осознания его не как дополнительного и необязательного, а как необходимого. Сегодня мы можем говорить о том, что музыкальное воспитание человека, развитие его природной музыкальности – это не только путь к эстетическому образованию или способ к приобщения к ценностям культуры, но и очень эффективный способ развития самых разных способностей людей, путь к их одухотворенной счастливой жизни и самореализации как личности.





**До новых встреч!**

Детский сад №9 «Радужка» комбинированного вида  
Ленинградская область, г. Волхов, ул. Работниц 1-а