

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад №33»

**Проект «Наши эмоции»  
(для детей 4-5 лет)**



Налимова Ирина Александровна  
Педагог – психолог

г. Артемовский, 2024г.

«Психологическая организация детства  
исключительно прекрасна.  
Этой красотой и грацией своей,  
детство обязано той непосредственности,  
корень которой лежит преимущественно  
в развитии эмоциональной сферы»  
В.В. Зеньковский

Тема проекта: «Наши эмоции»

Тип проекта: Практико-ориентированный

Вид проекта: групповой

Участники проекта: Дети, родители, воспитатели, педагог-психолог.

Возраст детей: 4 – 5 лет

Продолжительность проекта: краткосрочный 3 недели (с 01.04.2024 по 19.04.2024)

### Актуальность

В настоящее время, заботясь о физическом и познавательном развитии ребёнка, взрослые зачастую забывают о важности его эмоционально - личностного развития, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием ребёнка. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других, они не всегда способны осознать и контролировать свои эмоции, а это приводит к импульсивности поведения.

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

### Цель проекта:

Ознакомление детей с миром эмоций, чувств и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния.

### Задачи проекта:

- Познакомить детей с основными эмоциями: радостью, удивлением, грустью, гневом;

- Развивать умение общаться, понимать чувства других людей, сочувствовать им.
- Обогащать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения;
- Учить определять эмоциональное состояние других по мимике и пантомимике;
- Развивать способность делиться своими переживаниями, описывать свои эмоции и чувства;
- Формировать умение контролировать свои эмоциональные реакции.

### Используемые технологии:

- **Ролевые методы** – предполагают принятие ребенком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей противоположных обычным, проигрывание своей роли.
- **Психогимнастические игры:** принятие своего имени, своих качеств характера, своих прав и обязанностей.
- **Коммуникативные игры** – это игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом его достоинства и дать другому человеку или сказочному герою вербальную и невербальную поддержку.
- **Эмоционально-символические методы** – обсуждение различных чувств. Как необходимый этап обсуждения используются детские рисунки, выполненные на тему чувств.
- **Направленное рисование,** то есть рисование на определенные темы.
- **Релаксационные методы** – упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации, дыхательные и визуально-кинестические техники.

### Интеграция образовательных областей:

- Познавательное развитие
- Речевое развитие
- Социально-коммуникативное развитие
- Художественно - эстетическое развитие

### Ожидаемые результаты:

- повышение уровня эмоционального развития детей;
- преобладание положительных эмоций;
- проявление дружеских отношений со сверстниками;

- понимание чувств других людей;
- формирование адекватной эмоциональной реакции ребёнка на конкретную ситуацию;
- заинтересованность родителей, как участников образовательного процесса;
- эффективное и рациональное взаимодействие всех участников образовательного процесса.

### **Продукт проекта:**

- Итоговое занятие с детьми «Страна эмоций»
- Тренинг с родителями «Первые шаги в мир эмоций»
- Карточка психологических игр и этюдов для педагогов «Эмоциональный мир ребенка»

### **Этапы реализации проекта:**

Подготовительный этап (1 неделя)

Основной этап (2 неделя)

Заключительный этап (3 неделя)

#### **Подготовительный этап:**

- Наблюдение за детьми в разных видах деятельности.
- Заполнение диагностических карт на каждого ребенка.
- Анкетирование родителей по теме: «Какие черты вы в первую очередь пытаетесь воспитывать в своем ребенке?».
- Подбор информационных ресурсов по теме проекта (методическая и художественная литература).
- Наглядный материал; мультимедиа.
- Подбор игр и упражнений на развитие эмоциональной сферы.
- Обогащение развивающей среды по предстоящей теме.

#### **Основной этап:**

1 День – Тема: «Радость»

2 День – Тема: «Грусть»

3 День – Тема: «Удивление»

4 День – Тема: «Гнев»

5 День – Итоговое занятие «Страна эмоций»

Знакомство с эмоциями в совместной деятельности: беседы; дидактические игры; сюжетно-ролевые игры; речевые игры;

рисование; игры на развитие эмоциональной сферы; чтение и обсуждение художественных произведений.

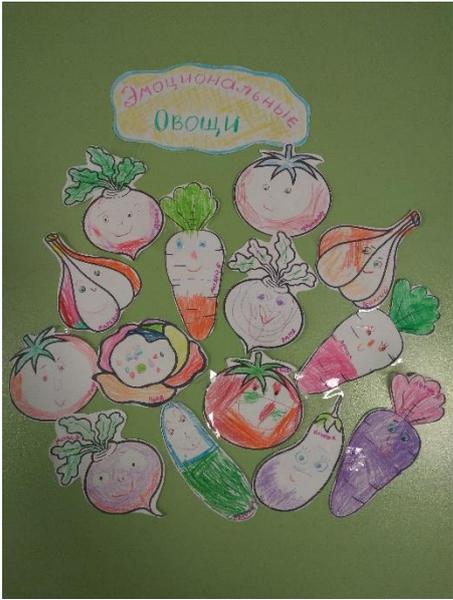
### *Заключительный этап*

- Подведение итогов проекта
- Заполнение диагностических карт на каждого ребенка
- Круглый стол с родителями «Первые шаги в мир эмоций»
- Составление картотеки психологических игр и этюдов для педагогов «Эмоциональный мир ребенка»

### *Работа с родителями:*

- Анкетирование родителей по теме: «Какие черты вы в первую очередь пытаетесь воспитывать в своем ребенке?»
- Беседа с родителями на тему: «Воспитание эмоциональной отзывчивости у детей в семье».
- Тренинг с родителями «Первые шаги в мир эмоций»





## Результативность проекта:

1. Повысился уровень эмоционального развития детей; дети познакомились с эмоциями: радость, грусть, удивление, гнев; различают их, сравнивают;
2. Проявляют дружеские отношения со сверстниками; проявляют понимание чувств других людей;
3. Родители проявляют заинтересованность к образовательному процессу;
4. Отмечается эффективное и рациональное взаимодействие всех участников образовательного процесса.

## Информационные источники:

- Алябьева Е. А. Психогимнастика в детском саду. М.: Сфера, 2003.
- Баженова О.В. «Тренинг эмоционально-волевого развития для дошкольников и младших школьников».-СПб.: «Речь»,2010
- Кряжева Н.Л. Радуетесь вместе: Развитие эмоционального мира детей. – Екатеринбург: У -Фрактория, 2006. с. 18, 57–64.
- Монакова Н.И. «Путешествие с гномом. Развитие эмоциональной сферы дошкольников». – СПб.: «Речь», 2008
- Пазухина И.А. Давай познакомимся! – СПб, 2004.
- Пилипко Н.В. «Приглашение в мир общения».-М.: УЦ «Перспектива», 2001
- Саранская О.Н. Психологический тренинг для дошкольников «Давай дружить». – М.: Книголюб, 2008
- Хухлаева О.В. «Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры и упражнения».-Москва: «Генезис», 2006
- Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я».-М.: «Генезис», 2009
- Чистякова М.И. Психогимнастика/ Под ред. Буянова М.И. – М.:Просвещение, 1990. с. 12–20, 74, 77, 82, 92, 96.
- Материалы из Интернет-ресурсов