

Составил воспитатель Решетова Елена Валерьевна.

Развитие социального и эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста

Актуальность: Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС) одной из приоритетных задач ставит охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. В разделе 2.6. ФГОС «Социально - коммуникативное развитие» отмечена важность развития социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками. Требования к условиям реализации основной образовательной Программы дошкольного образования (ФГОС, п 3.1) включают в условия реализации в социально-коммуникативной сфере на фоне эмоционального благополучия и положительного отношения к миру, к себе и другим людям.

Указанные требования направлены на создание образовательной среды, которые гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей и обеспечивает их эмоциональное благополучие. А эти требования возможно выполнить при определенных условиях: через непосредственное общение с ребенком и через уважительное отношение к каждому ребенку, к его чувствам и потребностям.

Таким образом, вопрос развития социального и эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста является приоритетным при организации и реализации образовательного процесса.

Для решения данной проблемы необходимо создать соответствующие условия, организовать предметную среду. С этой целью в группах нашего детского сада созданы некоторые объекты предметно – развивающей среды для психоэмоциональной разгрузки детей.

Нашей целью является: создание соответствующих условий и оборудования для сохранения и укрепления эмоционального здоровья детей и обеспечение специально организованных воздействий на дошкольников в условиях дошкольной организации.

Мы обозначили следующие **задачи:**

- создать атмосферу психологического комфорта и эмоционального благополучия, свободной, творческой и активной личности;
- посредством модернизации предметно-развивающей среды создать условия, способствующие развитию произвольной саморегуляции эмоционального состояния детей;

- способствовать развитию коммуникативной компетентности детей.

Ожидаемый результат:

- умение детей с повышенной психоэмоциональной активностью владеть приёмами саморегуляции;
- снижение проявления у агрессивных детей ссор и драк;
- благодаря материалам и оборудованию уголка психоэмоциональной разгрузки раскроются тревожные и застенчивые дети;
- умение дошкольников сотрудничать друг с другом, согласованно действовать в командных играх.
- Повышен самооценки, уверенности в себе, создание ситуации успеха, одобрение, поддержка

Игры в Центрах психоэмоциональной разгрузки применяются для достижения релаксации и отдыха. Они способствует умственному развитию детей, гармонизирует эмоциональный фон, возбуждает интерес к исследованию.

Умение полноценно и правильно расслабиться – важная составляющая в формировании психологического здоровья. Поэтому подбирать материалы для уголков необходимо с учетом возрастных особенностей детей и с учётом их основного назначения, а именно:

- для физической и эмоциональной разгрузки воспитанников, снятию усталости;
- обучение способам выражения гнева в приемлемой форме;
- обучение дошкольников умению владеть собой в различных ситуациях, приёмам саморегуляции;
- обучение детей бесконфликтному общению;
- повышение самооценки тревожных, неуверенных в себе детей;
- обучение дошкольников навыкам сотрудничества и согласованным действиям в команде.

Вся жизнь ребенка дошкольного возраста подчинена его чувствам. Управлять своими переживаниями он еще не может. Поэтому дети, гораздо больше подвержены переменам настроения, чем взрослые. Их легко развеселить, но еще легче огорчить или обидеть. Чтобы преодолеть негативное эмоциональное настроение у детей в нашей группе был создан уголок эмоциональной и психологической разгрузки.

Так, например, в первую очередь, нами были организованы **Зоны эмоциональной разгрузки или «Уголки уединения»**. Это то место в группе, где ребенок может «спрятаться» от внешнего мира, скрыть свои

эмоции от других. Снять напряжение может помочь **«подушка-подружка»** или большая мягкая игрушка, с которой ребенок может пообниматься. А выплеснуть накопившуюся энергию помогают **«подушки для битья»**.

Так в нашей группе мы организовали для детей **стену «Радуга настроения»**, которая каждое утро встречает их в приёмной: солнышко, тучки, облака и разноцветные мимические цветочки, бабочки. На ленты разных цветов, в зависимости от настроения, крепится фото ребенка. У каждого ребенка есть фото на прищепке, приходя в группу, дети крепят свою фотографию к соответствующему их настроению цвету. Если настроение меняется, дети перевешивают свою фотографию. «Радуга настроения» привлекает детей и помогает им понимать собственные эмоции, эмоциональные состояния других, способствует овладению средствами эмоциональной выразительности.

Доброжелательное отношение к сверстникам формируется у детей, когда взрослый налаживает контакты между ними, создает благоприятные условия для создания эмоциональной связи. Особенно это важно для детей младшего дошкольного возраста. Каждое утро можно начинать с игрового приема **«Утро радостных встреч»** или **«Минутки вхождения в день»**, помогающего детям лучше чувствовать себя в детском коллективе в начале дня.

Так же положительное влияние на эмоциональное состояние детей младшего возраста оказывают игры в **сухом бассейне**. Эти игры способствуют не только физическому развитию малышей. Они также оказывают расслабляющий эффект, создавая положительный эмоциональный фон и благотворно влияют на нервную систему ребенка.

Эту же задачу выполняет и **кубик «Зеркало эмоций»**. Ребёнок видит себя и рассказывает о себе всё хорошее, с помощью мимики учится понимать состояние товарищей. Остальные дети подсказывают, учатся говорить друг другу комплименты, создают свой положительный образ.

В нашей группе есть **«Сухой душ»**. Это оборудование способствует эмоциональной разгрузке детей перед сном. Ребенок заходит в спальню через завесу «Сухого душа», тем самым он оставляет все свои негативные эмоции, накопившиеся в течение дня за ней. Также эта «волшебная шторка» предназначена для того, чтобы отделить в подсознании ребенка игровое пространство от зоны покоя и сна.

Для обучения детей бесконфликтному общению используются дидактические игры **«Что такое хорошо, и что такое плохо»**, **«Собери лицо»**, **«Кто тебе нравится больше?»** и др.

В качестве оборудования для уголка ещё представлены **«Мешочки настроений»**. «Мешочек радости» изготовлен из светлого материала с соответствующим изображением лица хорошего настроения. «Мешочек грусти» изготовлен из тёмного материала с соответствующим изображением

лица плохого настроения. Мешочки завязаны шнурками. Если у ребёнка плохое настроение, он может взять мешочек, развязать шнурок и «сложить» в него своё плохое настроение, обиды, злость, а потом тщательно завязать. Потом из другого мешочка берёт хорошее настроение, воображаемые смех, улыбку, радость.

Так же есть **«Баночки гнева»**. Это баночки с крышками разных цветов и размеров. Особо эмоциональные дети могут «выкрикнуть» свой гнев в такую баночку, заперев его там, затем взять ее на прогулку и открыв, «выпустить» гнев на свободу.

Немаловажный атрибут зоны эмоциональной разгрузки - это **«Островок примирения»**, целью которого является научить детей разнообразным способам примирения после ссоры – **«Скамейка – мирилка»**, **«Футболка дружбы»** и **«Кубик – мирилка»**. Поссорившиеся дети могут самостоятельно использовать их для примирения, зачитывая стихи-мирилки. Многие из них, нам, взрослым, знакомы с детства.

Таким образом, создаваемая нами предметно-развивающая среда позволяет обеспечить максимальный психо-эмоциональный комфорт для каждого ребенка, создать возможности для развития познавательных процессов, речи и эмоционально-волевой сферы.

Мы рекомендуем в каждой группе ДОО создать условия для укрепления физического и психического здоровья детей и их эмоционального благополучия как важной составляющей в формировании открытой творческой личности.