



# *Современные технологии развития эмоционального интеллекта дошкольников: практические инструменты для педагогов ДОУ*

Городское методическое объединение

«Школа молодого педагога»

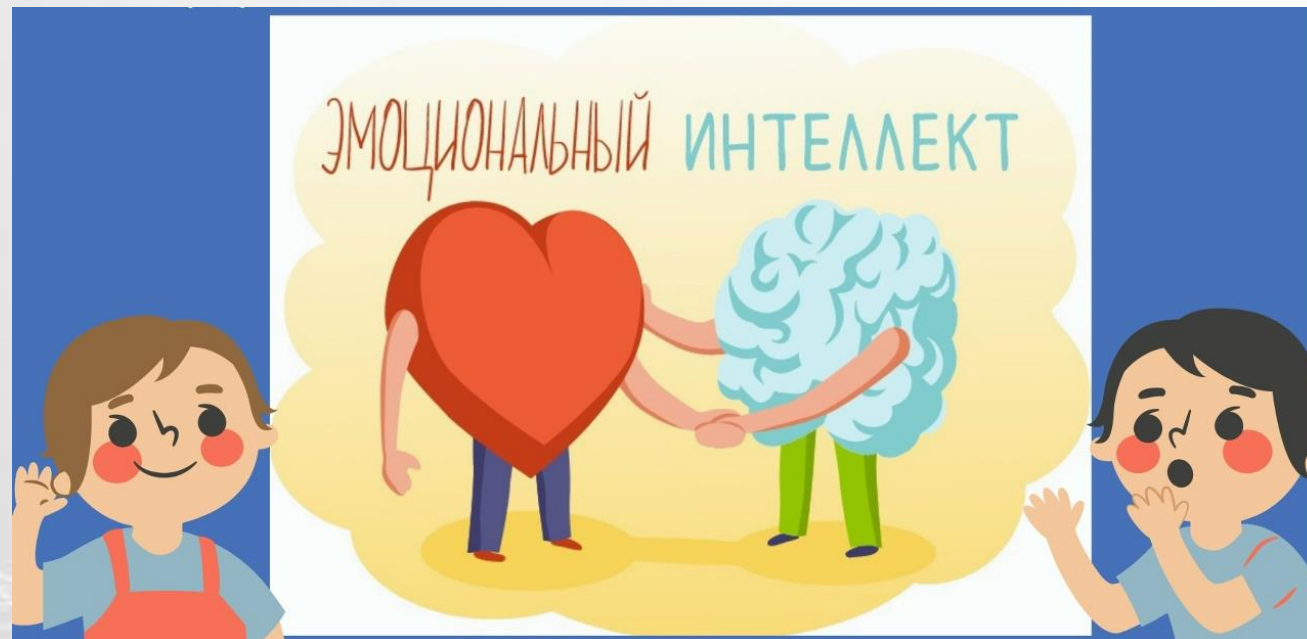
Решетова Елена Валерьевна

воспитатель МАДОУ «Детский сад №17»

25 марта 2026 года

# Эмоциональный интеллект

- это умение определять, использовать, понимать и управлять собственными эмоциями, а также распознавать и учитывать эмоциональное состояние других людей
- это важный навык для успешной социализации и развития личности

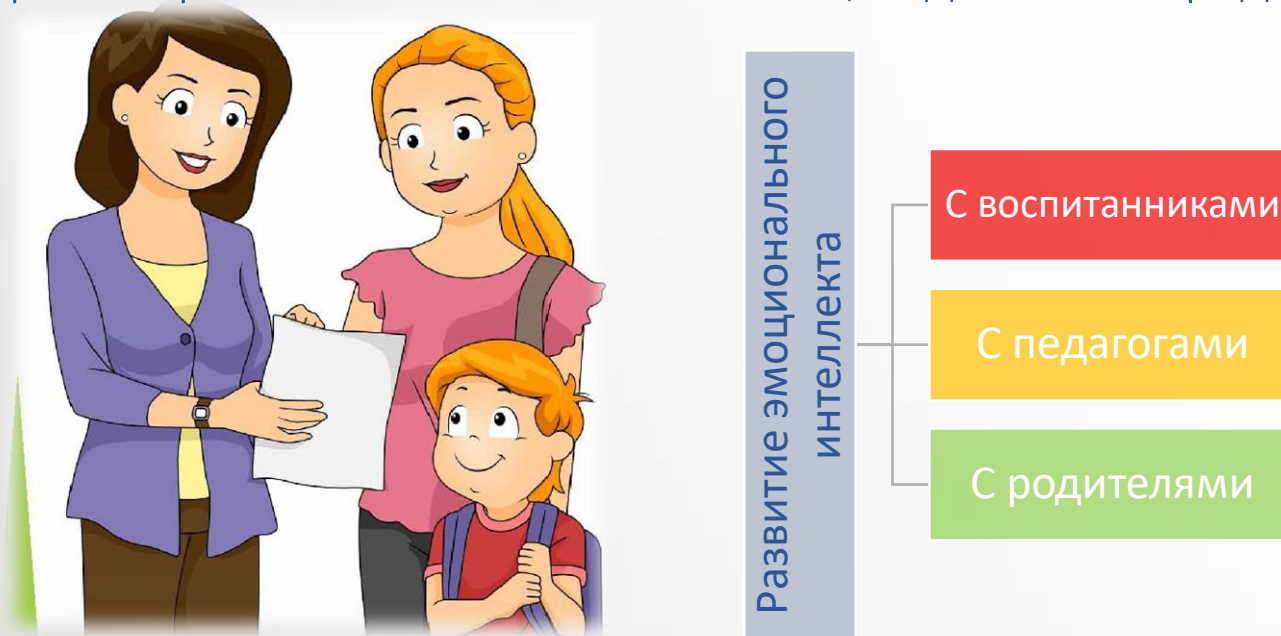


# Актуальность

- определяется заботой об эмоциональном благополучии дошкольника

Приоритетным направлением ДО является целенаправленное эмоционально-нравственное воспитание личности ребенка, основы которой закладываются в дошкольном возрасте.

- Работа ведется в трех направлениях: с воспитанниками, педагогами и родителями.



- Положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности ребенка – дошкольника.
- Эмоциональная сфера ребенка рассматривается как одна из базовых предпосылок общего психического развития, как ядро становления личности ребенка, как один из фундаментальных внутренних факторов, определяющих психическое здоровье ребенка и становление его исходно благополучной психики.

# В соответствии с ФГОС ДО и на основании ФОП ДО

В соответствии с ФОП ДО одной из задач является **охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.**

Педагог развивает:

- Умение детей распознавать собственные эмоции и чувства
- Понимать чувства и переживания окружающих
- Понимать эмоциональные состояния по невербальным признакам
- Находить причины и следствия возникновения эмоций
- Анализировать свои переживания и рассказывать о них
- Управлять своими эмоциями
- Учит понимать эмоциональные состояния в природе и произведениях искусства

# Выделяют 5 основных эмоций



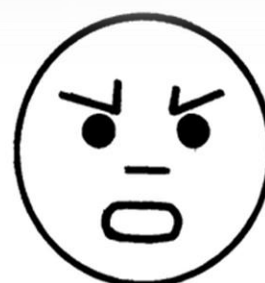
Схема отображения эмоций: мимика лица



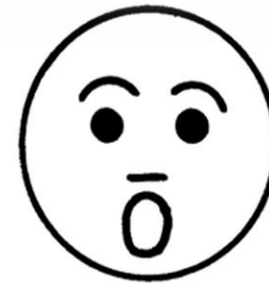
РАДОСТЬ  
( ВЕСЕЛЬЕ )



ГРУСТЬ  
( ПЕЧАЛЬ )



ГНЕВ  
( ЗЛОСТЬ )



УДИВЛЕНИЕ  
( ИЗУМЛЕНИЕ )



СТРАХ  
( УЖАС )

# Различия эмоций и чувств

## Эмоции

- Носят ситуативный характер
- Кратковременны
- Беспредметны
- Возникают раньше чувств
- Не всегда осознанны

## Чувства

- Обладают относительной устойчивостью
- Длительны
- Определены
- Возникают на основе эмоций
- Развиваются, воспитываются, совершенствуются
- Амбивалентны (противоречивы)

Например, СТРАХ:

«Мне страшно!»

«Я боюсь этого человека!»

# Эмоциональное развитие дошкольника в контексте Образовательной программы

## *Уже в младенческом возрасте (к одному году)*

- ребенок способен эмоционально реагировать на внимание взрослого,
- проявлять радость в ответ на общение со взрослым,
- эмоционально реагирует на музыку, пение, игры-забавы,
- понимает и адекватно реагирует на слова, регулирующие поведение (можно, нельзя и другие);

## *В раннем возрасте (к трем годам)*

- ребенок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства,
- посредством общения со взрослым знакомится с основными эмоциями и чувствами человека, обозначает их словом, демонстрирует их проявление мимикой, жестами, интонацией голоса,
- способен повторить слова, обозначающие эмоциональное состояние человека, выполняет задания, помогающие закрепить представление об эмоциях, в том числе их узнавание на картинках.

## *К четырем годам*

- ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей,
- способен откликаться на ярко выраженные эмоции сверстников и взрослых, различать и понимать отдельные эмоциональные проявления, учить правильно их называть,
- способен различать основных эмоций (радость, грусть, гнев, страх, удивление) и пониманию ярко выраженных эмоциональных состояний,
- при общении с детьми взрослый интересуется настроением ребенка, предоставляет возможность рассказать о своих переживаниях, демонстрирует разнообразные способы эмпатийного поведения (поддержать, пожалеть, обнадежить, отвлечь и порадовать).
- при чтении художественной литературы рекомендуется обращать внимание на проявления, характеризующие настроения, эмоции и чувства героев, комментировать их отношения и поведение, поощрять подражание детей позитивному опыту персонажей художественных произведений и мультипликации.

## *К пяти годам* задачи педагога:

- развивать эмоциональную отзывчивость к взрослым и детям, слабым и нуждающимся в помощи,
- воспитывать сопереживание героям литературных и анимационных произведений, доброе отношение к животным и растениям,
- способствовать распознаванию и пониманию ребенком эмоциональных состояний, их разнообразных проявлений, связи эмоций и поступков людей,
- создавать ситуации получения ребенком опыта проявления сочувствия и содействия (эмпатийного поведения) в ответ на эмоциональное состояние сверстников и взрослых,
- воспитывать чувствительность и внимательность к затруднениям и переживаниям окружающих,
- при чтении художественной литературы, просматривать фрагменты анимационных фильмов нужно обращать внимание на разнообразие эмоциональных проявлений героев, комментирует и обсуждает с детьми обусловившие их причины.

## *К шести годам* ребенок способен:

- проявлять доступный возрасту самоконтроль,
- различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывать их в своем поведении, откликается на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления,

## Задачи взрослого:

- содействовать пониманию ребенком собственных и чужих эмоциональных состояний и переживаний, овладению способами эмпатийного поведения в ответ на разнообразные эмоциональные проявления сверстников и взрослых,
- целенаправленно знакомить детей с основными эмоциями и чувствами, их выражением в мимике, пантомимике, действиях, интонации речи. Анализировать с ребенком причины и события, способствующие возникновению эмоций, рассматривать примеры из жизненного опыта, произведений литературы и изобразительного искусства, кинематографа и мультипликации,
- учить детей понимать свои и чужие эмоциональные состояния, разговаривать о них, демонстрировать примеры эмоциональной поддержки и адекватные возрасту способы регуляции эмоциональных состояний.

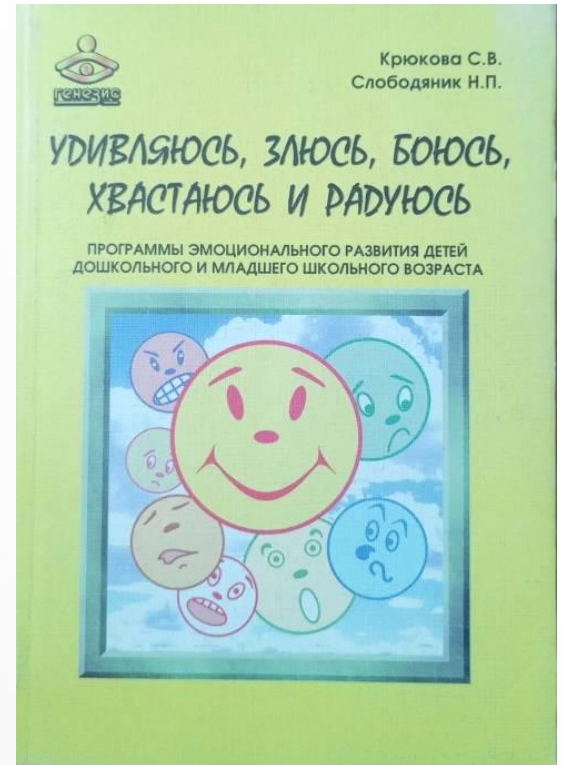
## *К концу дошкольного возраста*

- ребенок проявляет нравственно-волевые качества и самоконтроль,
- способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и дружить со сверстниками, старается разрешать возникающие конфликты конструктивными способами,
- способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации.
- дошкольник 7 лет способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие).
- Перед взрослым стоит задача:
- обогащать эмоциональный опыт ребенка, развивать способность ребенка распознавать свои переживания и эмоции окружающих, осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях,
- развивать умение детей распознавать собственные эмоции и чувства, понимать чувства и переживания окружающих. Учить понимать эмоциональное состояние окружающих по невербальным признакам: обращает внимание на мимику, позу, поведение,
- помогать ребенку находить причины и следствия возникновения эмоций, анализировать свои переживания и рассказывать о них,
- учить использовать социально приемлемые способы проявления эмоций и доступных возрасту способы произвольной регуляции эмоциональных состояний (сменить вид деятельности и прочее),
- показывать детям отражение эмоциональных состояний в природе и произведениях искусства.

# Методическая литература

Комплексный подход к развитию и диагностике эмоционального интеллекта, включающий различные методы и технологии, можно найти в специальной методической литературе.





# РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

ДЖИЛЛ ХЭССОН

Подсказки, советы, техники



## РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДОШКОЛЬНИКОВ 5-7 ЛЕТ

- Коррекционно-развивающая программа, основанная на арт-терапевтических методах, 30 занятий

Автор: Рудакова  
Александра

## Счастливое детство Мышонка

Ольга Колосова

21

# Я ты мы



О. Л. Князева Р. Б. Стеркина

**ВЕСЕЛЫЕ,  
ГРУСТНЫЕ...**

4 - 5 лет

ПРОСВЕЩЕНИЕ  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

«БИБЛИОТЕКА ВОСПИТАТЕЛЯ»

**Я-ТЫ-МЫ**  
ПРОГРАММА  
СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОГО  
РАЗВИТИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ



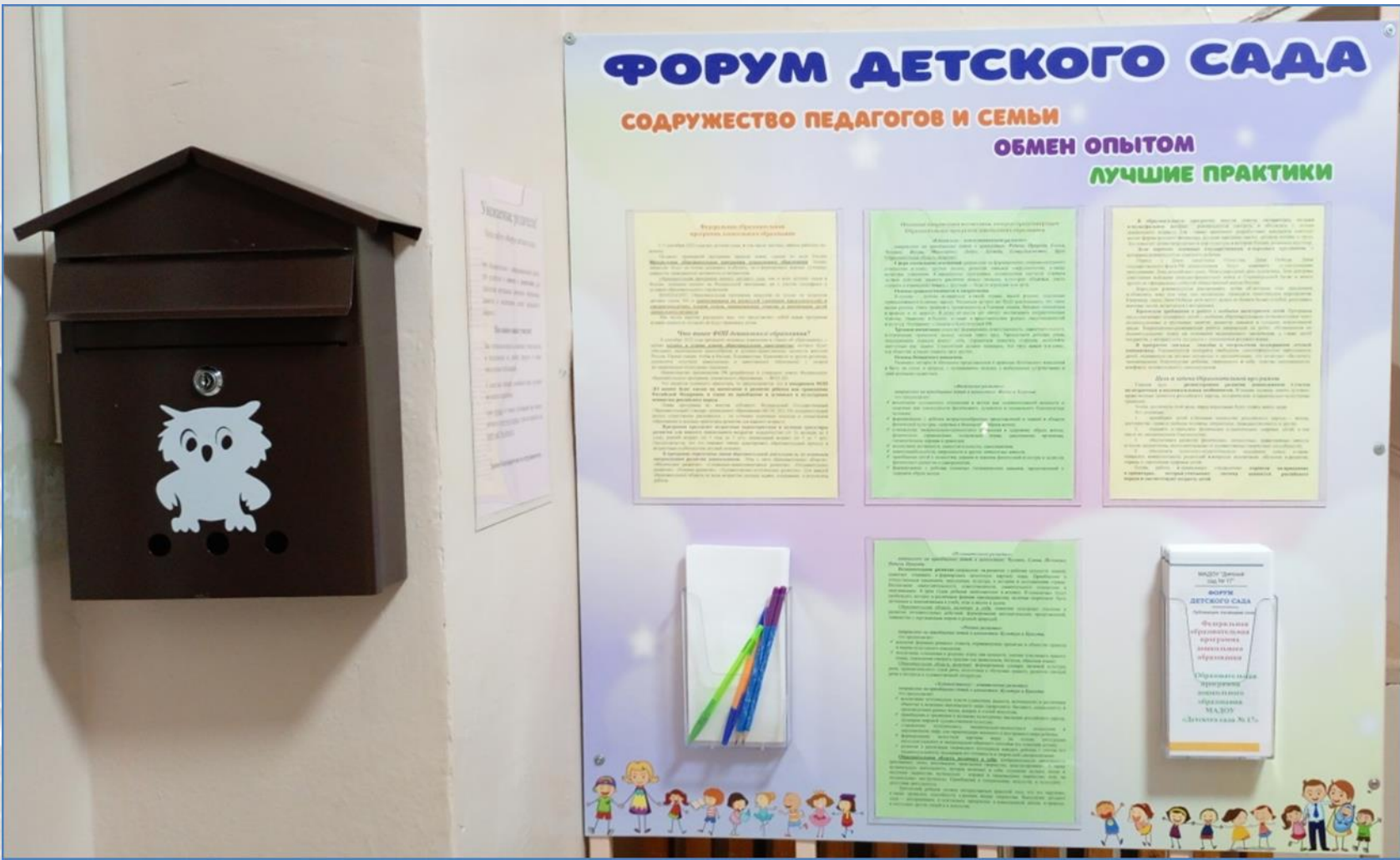
Пособие  
для педагогов  
и психологов

ИЗДАТЕЛЬСТВО «МОЗАИКА-СИНТЕЗ»

**АЗБУКА  
ОБЩЕНИЯ**



# Проект «Форум детского сада»



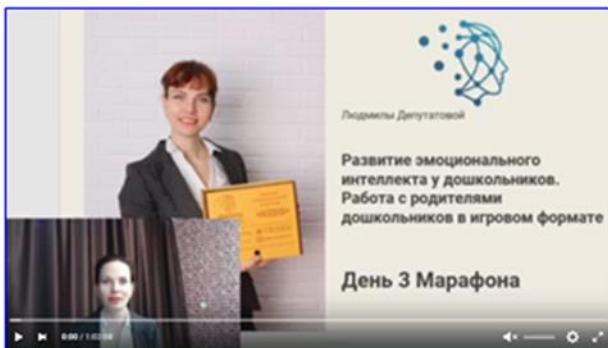
## Рекомендуемые к просмотру видео – лекции

Для просмотра и прослушивания перейдите по QR - коду

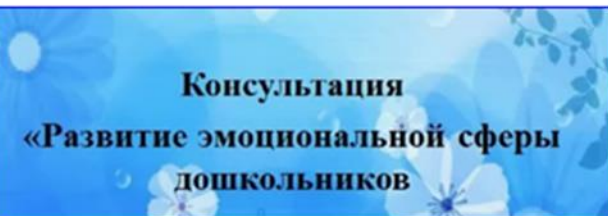


Айкуш Калачян

Развитие эмоциональной отзывчивости детей дошкольного возраста



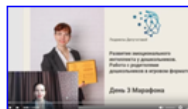
День 3 Марафона



Эмоциональная сфера ребенка рассматривается как одна из базовых предпосылок общего психического развития, как ядро становления личности ребенка, как один из фундаментальных внутренних факторов, определяющих психическое здоровье ребенка и становление его исконно благополучной психики.

В формировании эмоциональной отзывчивости в дошкольном возрасте важную роль играет индивидуальный опыт общения с близкими взрослыми. Эмоции и чувства формируются в процессе общения ребёнка со взрослыми.

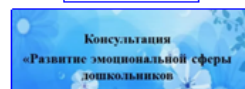
Полезные ссылки для просмотра



## Видео-лекции



Анна Ковалева  
Развитие эмоциональной отзывчивости детей дошкольного возраста



МАДОУ  
"Детский сад № 17"  
ФОРУМ  
ДЕТСКОГО САДА

Публикация посвящена теме:

## Эмоциональное благополучие ребенка

Эмоциональное благополучие для ребенка, все равно, что для роста тепло, свет, влага, удобрения, почва

### Эмоциональное развитие и Образовательная программа

Уже в младенческом возрасте (к одному году) ребенок способен эмоционально реагировать на внимание взрослого, проявлять радость в ответ на общение со взрослым.

В раннем возрасте (к трем годам) ребенок эмоционально откликается на красоту природы и произведения искусства. Взрослый знакомит ребенка с основными эмоциями и чувствами человека, обозначает их словом, демонстрирует их проявление мимикой, жестами, интонацией голоса. Предлагает повторить слова, обозначающие эмоциональное состояние человека.

К четырем годам ребенок откликается эмоционально на ярко выраженное состояние близких и сверстников по показу и побуждению взрослых; дружелюбно настроен в отношении других детей.

Взрослому необходимо развивать эмоциональную отзывчивость ребенка, способность откликаться на ярко выраженные эмоции сверстников и взрослых, различать и понимать отдельные эмоциональные проявления, учить правильно их называть.

К пяти годам в общении с ребенком необходимо развивать эмоциональную отзывчивость к взрослым и детям, слабым и нуждающимся в помощи, воспитывать сопереживание героям литературных и анимационных произведений, доброе отношение к животным и растениям. Взрослый способствует распознаванию и пониманию ребенком эмоциональных состояний, их разнообразных проявлений, связи эмоций и поступков людей. Создает ситуации получения ребенком опыта проявления сочувствия и содействия (эмпатийного поведения) в ответ на эмоциональное состояние сверстников и взрослых, воспитывает чувствительность и внимательность к затрудненным и переживаемым окружающими.

К шести годам ребенок способен проявлять доступный возрасту самоконтроль. Он способен различать разные эмоциональные состояния взрослых и сверстников, учитывать их в своем поведении, откликаться на просьбу помочь, в оценке поступков опирается на нравственные представления.

Взрослому рекомендуется содействовать пониманию ребенком собственных и чужих эмоциональных состояний и переживаний, овладению способами эмпатийного поведения в ответ на разнообразные эмоциональные проявления сверстников и взрослых.

Целенаправленно знакомить детей с основными эмоциями и чувствами, их выражением в мимике, пантомимике, действиях, интонации речи. Анализировать с ребенком причины и события, способствующие возникновению эмоций, рассматривать примеры из жизненного опыта, произведений литературы и изобразительного искусства, кинематографа и мультипликации. Учить детей понимать свои и чужие эмоциональные состояния, разговаривать о них. Демонстрировать примеры эмоциональной поддержки и адекватные возрасту способы регуляции эмоциональных состояний.

К концу дошкольного возраста ребенок проявляет нравственно-волевые качества и самоконтроль. Способен понимать и учитывать интересы и чувства других; договариваться и разрешать возникающие конфликты конструктивными способами. Ребенок способен понимать свои переживания и причины их возникновения, регулировать свое поведение и осуществлять выбор социально одобряемых действий в конкретных ситуациях, обосновывать свои ценностные ориентации. Дошкольник 7 лет способен откликаться на эмоции близких людей, проявлять эмпатию (сочувствие, сопереживание, содействие). Перед взрослым стоит задача обогащать эмоциональный опыт ребенка.

# Практические инструменты для педагогов

➤ Центр «Моё настроение» в приемных групп детского сада



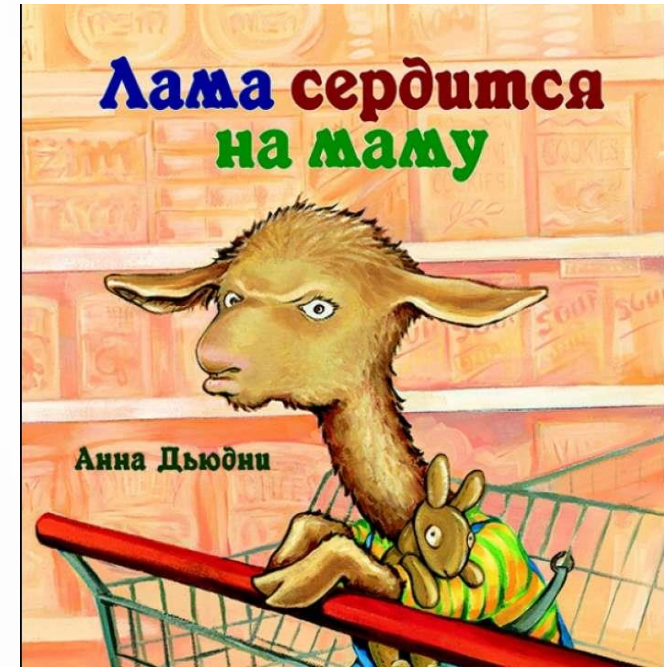


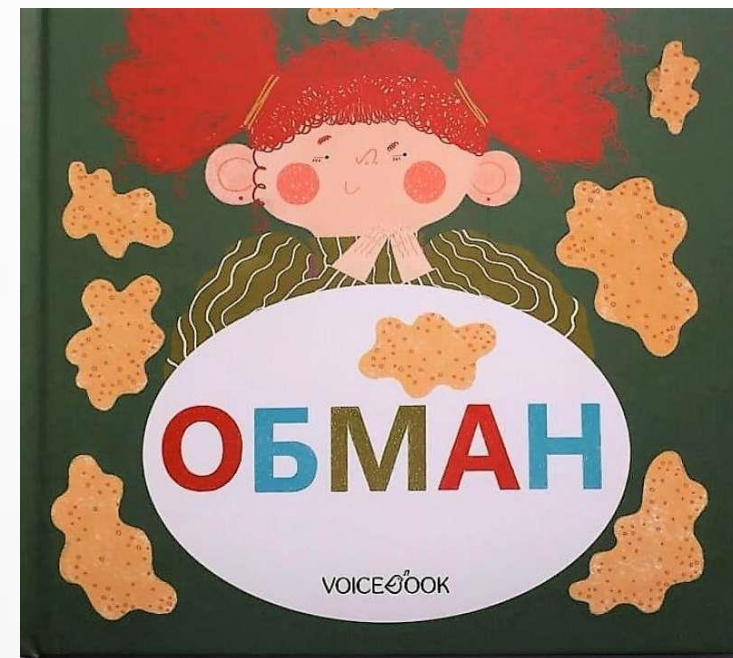
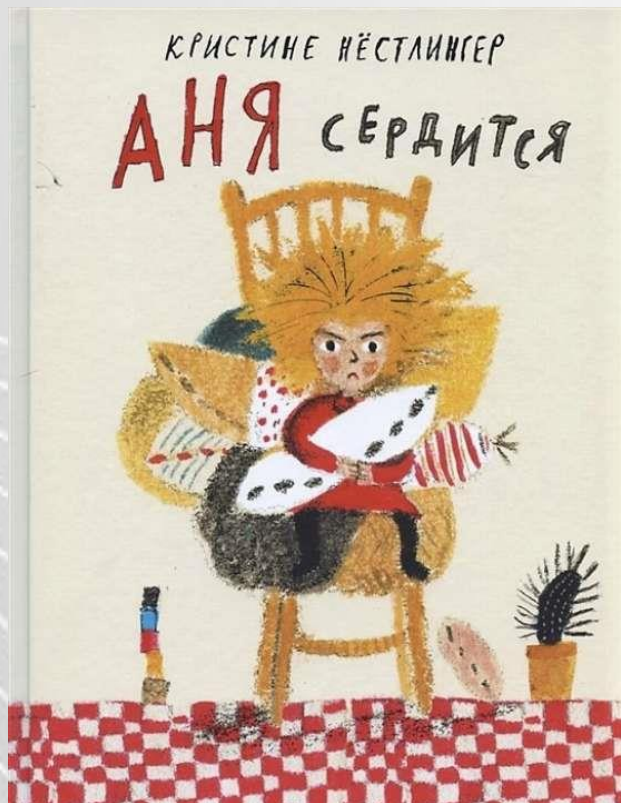


# Детские книги по эмоциям









# Произведения великих художников прошлых лет и современности



Федор Решетников «Опять двойка»



Федор Сычков «Катание детей»



Эдвард Мунк «Крик»



Джованни Браголина «Плачущий мальчик»

# Мульттики



Что ты чувствуешь - Твои **эмоции** - Сборник - Мультфильм для детей

Rutube › Крошка Антошка ТВ 🇷🇺 23,5K · 27 сен 2024



Мои **эмоции**. Сборник. Мульттики про Мир и Гошу 30 минут

Rutube › Про Мир и Гошу 🇷🇺 214,7K · 27 июл 2022



Цветняшки — **Эмоции и чувства** развивающее видео для детей — огромны...

Rutube › Цветняшки 🇷🇺 15,7K · 27 апр 2024



Какие бывают **эмоции и чувства** - Знакомимся с эмоциями - Развивающий...

Rutube › Крошка Антошка ТВ 🇷🇺 4,9K · 29 апр 2022



Фильм — Цветняшки! **Эмоции и чувства** — Развивающие мульттики для детей и...

Rutube › Цветняшки 🇷🇺 180,6K · 25 мар 2025



Учим **эмоции** с машинками - Познавательный мульттик для детей -...

Rutube › Крошка Антошка ТВ 🇷🇺 80,2K · 23 сен 2024



Злость, грусть и обида: **эмоции** малышей | Цветняшки мульттики для детей | сборник

Rutube › Цветняшки 🇷🇺 143,5K · 4 окт 2025



«Читайник» - интерактивные истории для детей 3 лет

Интерактивные рассказы с героями, которые увлекают в мир чтения. Для детей 3–6 лет

plus.yandex.ru реклама • 16+



Домовенок Кузя

«Домовенок Кузя» — фильм 2024 года о маленьком, но очень озорном и находчивом...

wink.ru реклама • 16+



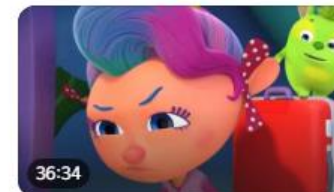
**Эмоции** котёнка Тишки. Мульттик для детей про эмоции. Изучаем эмоции с мал...

Rutube › В ритме жизни 🇷🇺 15 дек 2024



Развиваем эмоциональный интеллект у малышей Мультфильм-игра на...

Rutube › Videотека 13 мар 2026



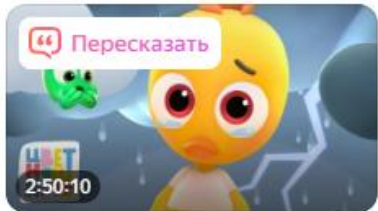
Монсики - ТОП серий! - Лучшие мульттики для детей | Чувства и эмоции — Видео от ...

VK Видео › МУЛЬТИКИ 2 ноя 2019



### Цветняшки учат дружить с эмоциями Развивающий мультик для детей Мультки

YouTube › Мультки 9,6К · 27 мая 2025



Пересказать

### Цветняшки — Пи изучает эмоции — Сборник лучших мультиков 2024 —...

Rutube › Цветняшки 54К · 25 мая 2024



### Изучаем наши Эмоции с Малышом Сашей | Развивающие Мультки Для Детей | Little...

YouTube › Little Angel Русск... 174,3К · 17 янв 2025



### Поймай Тинипин! Королевство эмоций - Сезон 1 - Серия 46 - Принцесса Солнышко

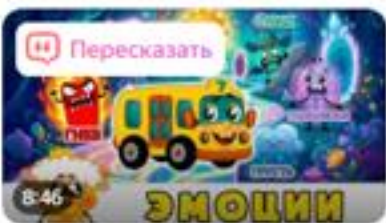
Кинопоиск 22 июн 2023



ПРЯМОЙ ЭФИР

### Цветняшки - Эмоции и чувства - День счастья - Прямой Эфир - Мультфильм для...

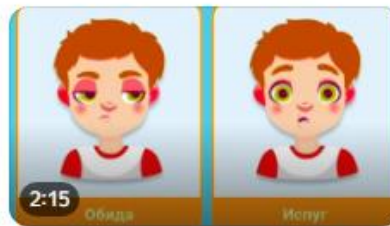
Rutube › Цветняшки 160,7К · 21 мар 2023



Пересказать

### Знакомимся с Эмоциями Автобус Борис Развивающие мультки с песенками для...

Rutube › АВТОБУС БОРИС — дет... 18,3К · 2 мар 2026



2:15

Обида

Испуг

### Изучаем эмоции с детьми/ развивающий мультфильм смотреть онлайн бесплатно с...

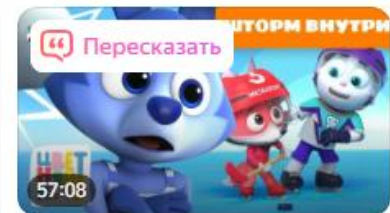
Rutube › Оксана Мальгина и Алиса 1К · 28 мар 2025



12:00

### Новые мультки! - Монсики - Блюм великолепный - Мультфильм об эмоциях...

VK Видео › МУЛЬТИКИ 30 июл 2019



57:08

Пересказать

### Шторм внутри: учим детей управлять эмоциями | Цветняшки мультки для дет...

YouTube › Цветняшки 20,5К · 27 дек 2023



3:22

### Грустный или Веселый Горячий или Холодный SoComelon на русском —...

VK Видео › Лучшие фильмы и мультфиль... 22 авг 2025



26:53

Что я чувствую?

### Малышарики: что я чувствую?

Кинопоиск 4 мар 2021

# Тематические дни по календарю

- 21 января – Международный день объятий
- 25 февраля – День борьбы с негативом
- 20 марта – Международный день счастья
- 1 апреля – День смеха
- 3 октября – День улыбки
- 23 июня – День без обид
- 4 августа – Международный день хорошего настроения
- 15 сентября 2026 года будет отмечаться «национальный день без слёз»



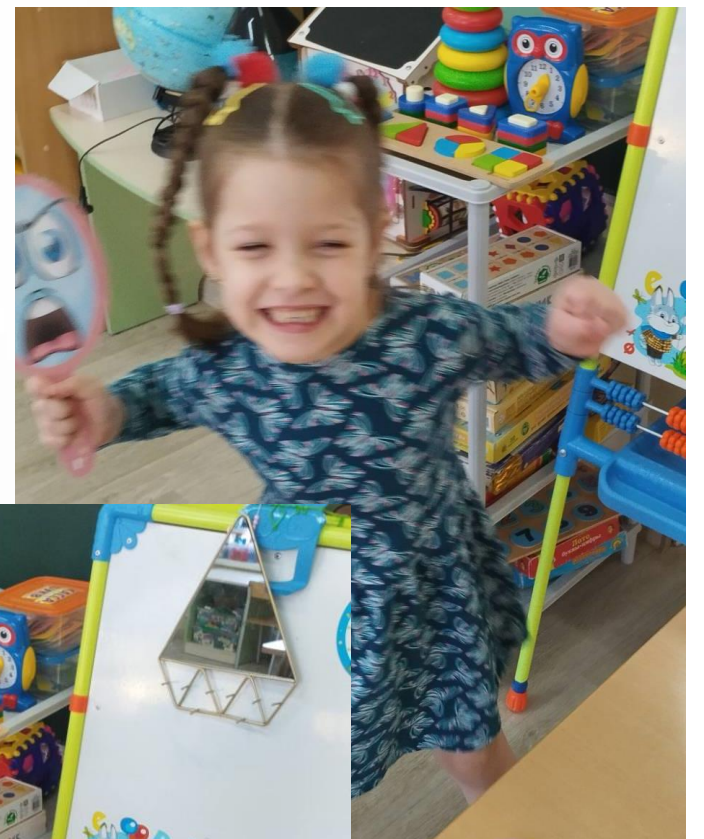
# Игры и пособия



# «Давай помиримся!»



# «Зеркало эмоций»



# «Определи эмоцию»



# «Мешочек эмоций» «Баночки - кричалки»



# Игра «Взрыв эмоций»



# «Собери портрет»



# «Собери эмоцию»



Игры на отображение и  
определение эмоций

# Театрализованные игры



Благодарим за  
внимание!

