

ОПАНОВУЄМО ЕМОЦІЇ В ГРІ



Світлана СВІТИЧ,

канд. психол. наук, доцент кафедри психології,
Дніпровська академія неперервної освіти

Розвиток емоційного інтелекту охоплює вміння розпізнавати почуття, власні та інших людей, регулювати емоції, вибудовувати відносини з іншими людьми і розв'язувати конфлікти, а також здатність співпереживати. Подаємо приклади ігор, вправ та прийомів, які допоможуть цілеспрямовано розвивати кожне з цих умінь.

ВЧИМО РОЗПІЗНАВАТИ ЕМОЦІЇ

Ефективний спосіб навчити дітей дошкільного віку розпізнавати емоції — **“віддзеркалювати” їхні переживання**, тобто називати ті емоції, які в певний момент відчуває дитина, та пояснювати їх. Наприклад: “Ти зараз радісний, бо прийшов до садочка і зустрів друзів” або “Ти зараз сердисься, тому що Сашко забрав твою машинку”.

Наступним кроком буде вчити дітей **самостійно визначати свої емоції та називати їх**. Для цього можна використовувати смайлики зі схематичним зображенням емоцій і грати з ними в різні ігри. Наприклад, у таку.

Упізнай емоцію

Вихователь розповідає, які бувають емоції та як вони проявляються. Після цього показує смайлик, а діти відгадують, яка емоція на ньому зображена, намагаючись відтворити її на обличчі.

Вони також можуть складати зображення емоції з розрізаних частин смайлика (брови, очі, ротик); відгадувати, яку емоцію показує інша дитина.



У подібних іграх малята ознайомлюються з емоціями, вчаться адекватно їх проявляти та правильно “зчитувати” з виразу обличчя інших людей.

Знайди персонажа

Можна підготувати картки із зображеннями персонажів мультфільмів чи казок у різних емоційних станах: веселих, сумних, злих, ображених, наляканих тощо.

Граючи з молодшими дошкільнятами, вихователь називає емоцію, а діти знаходять персонажів у відповідному стані.



Для старших дошкільнят можна ускладнити завдання: виготовити кубик із зображеннями смайликів, що символізують різні емоції. І тоді діти по черзі кидатимуть кубик і вибиратимуть серед картинок по одному персонажу з такою самою емоцією, як та, що випала на грані кубика.

Також вдалим інструментом для відтворення емоцій є **ігри-драматизації** або ляльковий театр, де діти виступають у ролі акторів.

Важливо, щоб малята усвідомили: емоцій багато, і вони можуть переживати будь-які з них. Є неприпустимі дії, як-от, наприклад, битися чи кидатися іграшками, але відчувати злість чи інші негативні емоції вони можуть, і це нормально.

Батькам і вихователям треба пам'ятати: сварити дітей можна за вчинки, а не за емоції та почуття.

РОЗВ'ЯЗУЄМО КОНФЛІКТИ

Уміння знаходити спільну мову та розв'язувати конфлікти теж належить до сфери емоційного інтелекту.

Не карайте дітей за сварки, а вчіть конструктивно розв'язувати їх.

ЧАС ОФОРМИТИ ПЕРЕДПЛАТУ НА 2019 РІК!

Обирайте зручний для вас спосіб

НА ПОШТІ

або

ONLINE

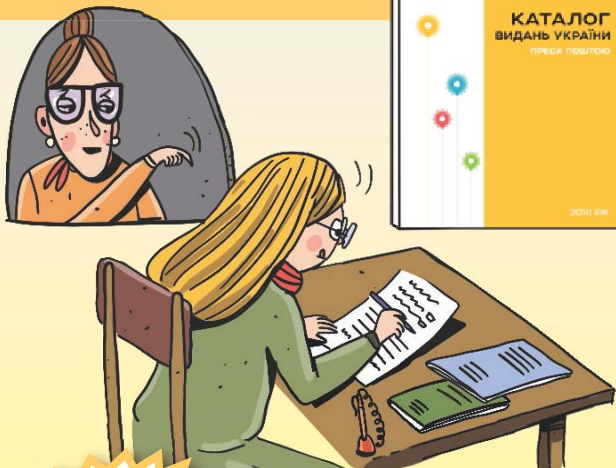
ІНДЕКСИ

“Дошкільне виховання” **74140**

“Палітра педагога” **40296**

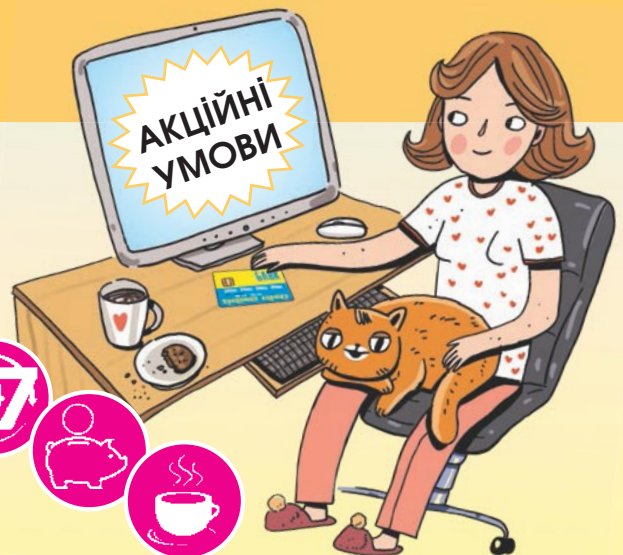
“Джміль” **40295**

Комплект **95989**



НА САЙТІ **JMIL.COM.UA**

Сформуєте
персональний комплект



БОНУС

Е-МАТЕРІАЛИ ДО КОЖНОГО ВИПУСКУ!

Шукайте на сторінках  і завантажуйте з сайту

