**Практическое занятие для педагогов ДОУ**

**«Развитие эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста»**

**Цель-обогащение представлений педагогов об эмоциональном интеллекте и способах его развития у детей дошкольного возраста.**

**Задачи:**

1.Расширить представления педагогов о важности эмоционального интеллекта для формирования личности ребёнка.

2.Познакомить с новыми методами развития эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста.

3.Создать условия для сплочения коллектива, работы в команде.

**Целевая аудитория**: педагоги и узкие специалисты.

**Количество участников**: 24 человека.

**Форма проведения:** семинар – практикум

**Время проведения**: 45-60 минут.

**Ход семинара:**

**1.Теоретическая часть.**

Представить информацию на экране о понятии «Эмоциональный интеллект», времени его возникновения, об учёных которые работали с данной темой. О формировании ЭИ у детей дошкольного возраста.

**Приветствие «Цветы».**

Раздать цветы, затем забрать обратно. Узнать у педагогов, какие чувства и эмоции они испытали в этот момент.

**1.Теоретическая часть.**

Без эмоций жизнь представить невозможно – мы радуемся, удивляемся, сердимся, грустим каждый день. И очень важно знать и понимать, что не бывает плохих или хороших эмоций. Каждая из них — ключ к познанию окружающего мира.

Эмоции позволяют нам эффективно взаимодействовать с окружающими, лучше понимать себя и других, доверять друг другу и действовать в команде, ставить перед собой цели и достигать их.

Эмоциональный интеллект – это способность понимать свои и чужие эмоции, распознавать намерения и мотивацию собеседника, понимать его чувства и правильно на них реагировать, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей для эффективного и гармоничного взаимодействия с окружающим миром. Когда эмоции — не враги, а друзья, помогающие в достижении целей.

Эмоциональный интеллект играет важную роль в жизни каждого человека. Однако, для того чтобы этот уникальный вид интеллекта проявлялся и сработал, он должен развиваться не путем тренингов и семинаров во взрослой жизни, а еще и в детском возрасте. Эмоциональный интеллект ребенка является фундаментом для дальнейшего становления личности ребенка и во многом определяет особенности самосознания человека, его отношение к миру, поведение и самочувствие среди людей.

Воспитатели ДОУ должны взять на себя задачу по развитию эмоционального интеллекта. Такая *«эмоциональная азбука»*, по мнению Д. Гоулмана, лучшая профилактика различных зависимостей - наркомании, депрессий, подростковой и молодёжной преступности и других тяжёлых явлений современной цивилизации.

«Воспитание не сводится к обучению ребёнка совокупности известных знаний и умений, а необходимо предполагает формирование эмоционального отношения к окружающему в соответствии с ценностями, идеалами, нормами».

Оказывается, что совершенствование логического мышления и кругозора ребенка еще не является залогом его будущей успешности в жизни. Гораздо важнее, чтобы ребенок овладел способностями эмоционального интеллекта, а именно:

-умением контролировать свои чувства;

-способностью сознательно влиять на свои эмоции;

-умением определять свои чувства и признавать их;

-способностью использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;

-умением эффективно общаться с другими людьми;

-способностью распознавать и признавать чувства других.

Итак, особенности эмоционального развития детей дошкольного возраста:

-ребёнок осваивает социальные формы выражения чувств

-ребёнок начинает понимать эмоцию и соотносить её со словом или поведением

-формируется эмоциональное предвосхищение,

-формируются нравственные, интеллектуальные, эстетические чувства;

-чувства становятся разумными, осознанными.

Сегодня уже доказано, что на формирование эмоционального интеллекта влияет развитие таких личностных свойств, как эмоциональная устойчивость, положительное отношение к себе и эмпатия (т. е. процесс эмоционального проникновения в состояние другого человека). Этим обоснована необходимость разработки системы педагогических мероприятий. Модель эмоционального интеллекта предполагает развитие четырех основных функций:

- самосознание;

- самоконтроль;

-социальная чуткость;

- управление отношениями;

Что мы подразумеваем, когда говорим о развитие эмоционального интеллекта у детей?

Распознавание своих и чужих чувств. Удивительно, но этой способностью обладают не все взрослые. Если вы считаете проговаривание чувств чем-то незначительным, начните это делать для себя *(в первую очередь)* и для ребенка, и увидите, как изменится ваш мир.

Развитие эмпатии *(способности сочувствовать)*. У детей эмпатия развита слабо, поэтому важно им показывать сострадание, сочувствие и доброту своим примером.

Позволение проявлять негативные эмоции. Если ребенок зол, обижен, возмущен, расстроен и плачет – не стоит его успокаивать, отвлекать *(и не дай Бог подсовывать сладость)*. Найдите в себе мужество и великодушие выстоять перед негативными эмоциями, принять их и дать им улечься.

Позволение проявлять позитивные эмоции — не менее важный аспект.         Все то-родителям кажется слишком: визжат дети слишком, радуются слишком, смеются слишком. Вместо того, чтобы стараться *«унять щенячий восторг»* научитесь радоваться вместе с детьми.

Педагоги должны понимать, какими методами, технологиями и приемами это можно обеспечить.

Методы развития эмоционального интеллекта:

-дидактическая игра

-сюжетно-ролевая игра

-театрализованная деятельность

-трудовая деятельность

-произведения художественной литературы

-художественная творческая деятельность.

Один из методов развития эмоционального интеллекта - экспрессивный этюд. Рассмотрим подробно, как он действует, и узнаем, как его провести.

Что такое экспрессивный этюд

Экспрессивные этюды - вид психогимнастических упражнений. Термин *«психогимнастика»* в практику педагогов и психологов дошкольных образовательных организаций России ввела М. И. Чистякова. В книге *«Психогимнастика»* автор определяет это понятие как «курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы))»

В экспрессивном этюде есть две стороны *(роли)*. Роль действующих детей возникает, когда педагог просит воспитанников показать какой-либо персонаж истории: как он действует, что он чувствует, что и как говорит в определенной ситуации. Тем самым педагог создает условия для того, чтобы дети развивали свои средства экспрессии: мимику, пантомимику, жесты и интонацию.

Например: в зависимости от возраста ребенка педагог просит:

• покажи, как Мишка шел;

• покажи всем телом, как Мишка шел;

• покажи лицом, телом, руками и движениями, как Мишка шел;

• покажи, как кралась Лиса;

• скажи так же, как медведь Михайло Иванович;

• скажи так же, как Мышка-норушка.

Еще одно задание - показать персонаж в эмоционально значимой ситуации: радостного зайца или грустную мышку. Если ребенок делает это произвольно, значит, он начинает управлять собственной экспрессией и эмоциями.

Например: педагог просит показать:

• как Заяц испугался;

• как Лиса обрадовалась;

• как Еж удивился;

• как Медведь рассердился.

**2.Практическая часть.**

**2.1.**Участники делятся на 4 команды по 6 человек. Каждая команда получает по одному заданию(1,2,3,4), три минуты на подготовку. Затем каждая команда выступает со своим заданием перед всеми участниками.

Некоторые приёмы способствующие развитию эмоционального интеллекта:

**1.Упражнение «Листы».**

***Цель:*** Демонстрация того, как одинаковая инструкция по-разному выполняется разными людьми.

**Инструкция:**

Участники получают чистый лист А4.Просьба ко всем участникам закрыть глаза. Далее сверните лист пополам, затем ещё пополам и ещё раз пополам. Теперь оторвите от сложенного листа кусочек. А теперь откройте глаза, разверните свои листы. Давайте посмотрим , есть ли одинаковые листы?

**Вывод:** Одна и та же информация интерпретируется разными людьми по- разному.

**2.Упражнение «Фантазеры»**

***Цель*:**научить ребенка анализировать эмоциональное состояние рисованных персонажей, развивать чуткость и воображение.

Проведение: - Дети, посмотрите на моих картинках изображены люди с разными эмоциями. Давайте вы попробуете описать, что же видите на этих картинках.

Ребенок должен описать, что видит.

- А теперь давайте придумаем, что могло  предшествовало изображенному моменту.

- А что же могло случиться после этого момента?

Психолог  вместе с ребенком фантазирует, что может случиться дальше.

- Ребята, вам сложно было придумать, что могло предшествовать настроению героя на картинке? И что же могло произойти после?

Следует обратить внимание, что чем больше деталей заметил на картинке ребенок, тем лучше. Если в процессе работы над эмоциональным интеллектом психолог будет периодически повторять показ картинок, то непременно обнаружит, как возрастает внимательность детей.

3. **Упражнение  «Зеркала»**

**Цель:** учить детей распознавать различные эмоциональные состояния, подражать им, развивать эмпатию.

Ведущий показывает какое-либо движение. Говорить при этом запрещается! Все дети, выступая в роли зеркал, должны в точности повторять движения ведущего, с помощью мимики и пантомимики. Ведущий хлопает в ладоши, это означает, что нужно выбрать другого участника для роли водящего. Начинаем!

**4. Упражнение «Дружный круг».**

***Цель***; формировать положительное отношение к сверстнику, способствовать сплочению группы.

***Содержание;***

Если вместе соберемся.
Если за руки возьмемся.
И друг другу улыбнемся,
Хлоп-хлоп, топ-топ!

Прыг-прыг, шлеп -шлеп!
Прогуляемся, пройдемся как лисички (мышки, зайчики, медвежата ит. д.)

**2.2.**Ознакомление участников с пособиями для дошкольников на развитие эмоционального интеллекта. Участники рассматривают пособия, задают вопросы.

**Заключительная часть.**

 Уважаемые коллеги сегодня мы более подробно познакомились с понятием «ЭИ» и методами его развития у детей дошкольного возраста. Теперь мы знаем, что развитый эмоциональный интеллект помогает нам стать более успешными в общении с другими людьми. Ведь все люди очень разные и окружающий мир, информацию воспринимают по- разному. Сейчас мы в этом убедились.