

## ВЛИЯНИЕ ИГРЫ НА РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНЫХ ЭМОЦИЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Л. Яровицкая

*Взаимодействие с другими людьми является основным и важным источником эмоциональных переживаний. Чувство уверенности, защищённости, успеха и благополучия в жизни во многом зависит от того, как складываются отношения ребёнка с окружающими. Проблема конфликтов в детском возрасте является актуальной. Маленькие дети часто находятся в плену эмоций, поскольку ещё не могут управлять своими чувствами, что приводит к импульсивности поведения, к осложнениям в общении со сверстниками и взрослыми. Развитие социально-активной и адаптированной личности связано во многом с развитием социальных эмоций.*

**С**оциальные эмоции регулируют поведение человека и определяют его отношение к внешнему миру. В дошкольном возрасте социальные эмоции играют немаловажную роль в воспитании культуры межличностных отношений. Многочисленные конфликты, проявление агрессии и негативизма, недоброжелательность могут быть разрешены лишь при условии специального обучения детей умению договариваться, вступить в партнёрские отношения, быть позитивными, научиться социальному познанию (умению видеть и понимать тонкие эмоциональные проявления сверстников и взрослых). Эмоции играют своеобразную ориентирующую и регулирующую роль в той деятельности, в которой они формируются. Игра — один из наиболее значимых видов деятельности, в которой происходит формирование опыта межличностных отношений. Зачастую в игре ребёнок проявляет те чувства, которые скрыты для других и для него самого. Познавая других, ребёнок познаёт себя, — зная себя и других, ребёнок эффективнее строит свои взаимоотношения. В жизни человека очень важно уметь понимать свои чувства и чувства других — это источник благопо-

лучного общения. Нарушение в общении, конфликтность — признаки слабой адаптации ребёнка к окружающему миру, причины серьёзных эмоционально-личностных проблем в будущем. Чтобы ребёнок мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Передача ребёнку конкретных навыков не должна превращаться в самоцель с преобладанием прямого обучения. *«Вести ребёнка в сложный мир человеческих отношений — одна из важнейших задач воспитания личности ребёнка дошкольного возраста» (В.А. Сухомлинский).*

Требуется особая воспитательная работа, чтобы переориентировать ребёнка, привлечь его внимание к тому, что происходит с его товарищами, для того чтобы вызвать сочувствие к другому ребёнку и вместе с тем побудить выполнить по отношению к нему определённые обязанности. В настоящее время наш коллектив работает над темой *«Влияние социальных эмоций на выбор стратегии поведения ребёнка старшего дошкольного возраста в конфликтной ситуации».*

Нами была разработана программа развития социальных эмоций у детей старшего дошкольного возраста. Программа представлена

в виде сетки занятий. Так как ведущей и наиболее привлекательной деятельностью в дошкольном возрасте является игра — занятия строятся на основе игр и игровых упражнений. Общий замысел, возникающий в процессе игр и совместных дел, вызывает необходимость договариваться между собой, ориентироваться на партнёра, прислушиваться к его мнению.

По суждению Л. С. Выготского, именно игра является источником развития дошкольника, создаёт «зону ближайшего развития» — возможность перехода ребёнка от того, что он уже умеет делать самостоятельно к тому, что он умеет делать в сотрудничестве. Эта возможность характеризует динамику развития и успешность ребёнка.

### **Задачи программы:**

- знакомить с эмоциональными состояниями, их многообразием;
- учить понимать эмоциональное состояние своё и других людей;
- учить произвольному выражению различных эмоциональных состояний;
- развивать эмпатию.

Программа рассчитана на старший дошкольный возраст (5–6 и 6–7 лет).

*Перед каждой возрастной группой программа выдвигает свои задачи:*

- *старшая группа* — создание положительного эмоционального фона, развитие у детей чувства принадлежности к группе, развитие коммуникативных навыков;
- *подготовительная группа* — развитие у детей способности к эмоциональной регуляции собственного поведения.

*Занятия*, равно как и *игра*, являются основной формой организации совместной деятельности взрослых и детей. Занятия построены в форме игрового тренинга, т. к. игра есть особая форма общения, сотрудничества, содружества, которая выводит интересы и возможности ребёнка на более высокий уровень. Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их, позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных состояний.

*Цель занятий* — создание условий для интенсивного общения детей друг с другом.

*Принципами* организации занятий являются:

- безоценочное отношение;
- отсутствие жёсткой регламентации.

*В структуру* занятия входят 4 блока:

1. Приветствие.
2. Игры в кругу.

3. Игры в парах и компаниях.

4. Рисование.

*Целью первых двух блоков* является создание условий для **тактильных и эмоциональных контактов**.

Круг — это прежде всего возможность открытого общения. Форма круга создаёт ощущение целостности, завершённости, позволяет детям ощутить особую общность, облегчает взаимопонимание и взаимодействие.

*Игры третьего блока* направлены на развитие **навыков сотрудничества**.

Использование игр помогает воспитать уважение к чувствам сверстников, обогащает опыт общения, позволяет детям лучше узнавать друг друга.

*Рисование* как метод, основанный на креативности, развивает у дошкольников ощущение свободы и творческой активности.

### **Примерный конспект занятия по развитию социальных эмоций (старшая группа)**

#### **I. ПРИВЕТСТВИЕ**

Дети стоят в кругу, соединяя ладошки, глядя друг другу в глаза, улыбаясь, говорят: «Доброе утро, ...». Поворачиваются к другому. И так по кругу.

## II. ИГРЫ В КРУГУ

### «Угадай, кто позвал»

Дети стоят в кругу. В центре ребёнок. Дети идут по кругу и произносят слова:

Ваня, ты сейчас в лесу,  
Мы зовём тебя: «Ау!»  
Ну-ка, глазки закрывай,  
Кто позвал тебя, узнай.

Ребёнок закрывает глаза. Один из детей называет ребёнка по имени, тот должен угадать, кто его позвал.

### «Ветер дует на...»

Со словами: «Ветер дует на...» ведущий начинает игру. Чтобы участники игры побольше узнали друг о друге, вопросы могут быть следующими: «Ветер дует на того, у кого светлые волосы» — все светловолосые собираются в одну кучку. «Ветер дует на того, у кого есть сестра», «кто любит животных», «кто много плачет», «у кого нет друзей» и т. д.

### «Передай мячик»

Сидя или стоя, играющие стараются, как можно быстрее, передать мячик, не уронив. Можно в максимально быстром темпе бросать мячик соседям. Можно, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину, передавать мяч. Можно передавать мяч с закрытыми глазами.

### «Найди себе пару»

Дети находят себе пару по желанию.

## III. ИГРЫ В ПАРАХ

### «Человек к человеку»

Дети стоят в парах и выполняют задания ведущего, например: «Ладонка к ладонке, ухо к уху, колено к колену...» и т. д. После слов ведущего: «Человек к человеку», дети создают другие пары, и игра продолжается.

## IV. РИСОВАНИЕ

### «Лесенка настроения».

### Примерный конспект занятия по развитию социальных эмоций (старшая группа)

## I. ПРИВЕТСТВИЕ

Дети стоят в кругу, соединяя ладонки, глядя друг другу в глаза, улыбаясь, говорят: «Доброе утро, ...». Поворачиваются к другому. И так по кругу. «А теперь поздороваемся ушками, носиками и т. д.».

## II. ИГРЫ В КРУГУ

### «Позови ласково»

Дети стоят в кругу, кидают мяч, произнося при этом ласковое имя того, кому кидают мяч (Анечка, Петенька, Сашенька и т. д.).

### «Дракон»

Играющие становятся в линию, держась за плечи стоящего впереди. Первый участник — «голова», последний — «хвост» дракона. «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом».

### «Колечко»

Дети садятся в круг. Ведущий прячет в ладонях кого-либо из детей колечко. Ребёнку предлагают смотреть внимательно на лица соседей и постараться угадать, кто из них получил в свои ладошки колечко от ведущего. Угадавший становится ведущим.

### Ролевая гимнастика

а) Походиться, как:

- младенец;
- глубокий старик;
- лев.

б) Попрыгать, как:

- кузнечик;
- козлик;
- кенгуру.

в) Нахмуриться, как:

- осенняя туча;
- рассерженная мама.

### III. ИГРЫ В ПАРАХ

#### «Рисование на спине»

Дети в парах договариваются, кто «художник», кто «мольберт». По очереди рисуют на спине друг друга и отгадывают, что нарисовано.

### IV. РИСОВАНИЕ

#### «Пять пальчиков».

У каждого ребёнка в группе есть индивидуальный дневник настроения — личная тетрадь ребёнка для самостоятельной записи своего настроения. В основе дневника настроения — методика «цветопись».

### Значение работы с индивидуальным дневником настроения

1. Усиливает внимание ребёнка к своим эмоциям, настроению, даёт осознание своего эмоционального состояния и умения выразить его словами.
2. Способствует овладению начальными навыками эмоциональной саморегуляции.
3. Пробуждает интерес ребёнка к эмоциональным состояниям других людей.
4. Поддерживает и укрепляет интерес взрослого к внутреннему миру ребёнка.
5. Побуждает взрослого к анализу педагогической деятельности,

ориентируясь на эмоциональное состояние ребёнка.

6. Даёт возможность проводить первичную диагностику эмоционального благополучия ребёнка в группе, осуществлять контроль за эмоциональным состоянием детей.

### Методические рекомендации к работе с дневником настроения

1. Дневник заполняется ежедневно в середине дня.
2. Инструкция:  
«Раскрась цветок таким цветом, какое у тебя сейчас настроение».
3. Требование к фигуре для закрашивания:
  - должна быть привлекательной для ребёнка;
  - не должна провоцировать на выбор реального цвета;
  - должна состоять из плавных закруглённых линий;
  - изображение должно быть контурным, символичным.
4. На усмотрение воспитателя под изображением могут быть небольшие комментарии, записанные со слов ребёнка.
5. Взрослый должен принимать любой выбор и объяснение ребёнка, не выражая удивления или осуждения. Взрослый не должен давать свою оцен-

ку настроению ребёнка в его присутствии.

6. В обозначении настроения избегать слов «хорошее», «плохое». Заменять словами «весёлое», «грустное» и их синонимами.
7. Для успешной реализации воспитательных задач работу с дневником сопровождать формой внеситуативно-личностного общения ребёнка с взрослым.

### Примерный конспект занятия по социально-эмоциональному развитию (старшая группа)

*Тема:* «Дневник настроения».

*Цель:* Выяснить степень понимания детьми эмоциональных состояний. Познакомить с содержанием дневников настроения.

*Ход занятия:*

1. Приветствие.
2. Беседа:
  - Что такое настроение?
  - Где живёт настроение?
  - Какое бывает настроение?
3. Рассматривание фотографий, изображающих разные эмоции. Ранжирование эмоций. Игра «Выложи по порядку».
4. Игра «Передай по кругу своё настроение».
5. Игра «Волшебная палочка». Когда у тебя бывает весёлое (грустное) настроение?

6. Знакомство с экраном настроения.
7. Игра «Подбери цвет к настроению» (какого цвета настроение на фотографиях).
8. Знакомство с личным Дневником настроения и его заполнение.

Кроме этого нами изготовлено много настольных игр на развитие социальных эмоций: «Азбука настроения», «Составь лицо», домино «Настроение», «Воздушные шары» и другие. Цель этих игр — развивать умение различать эмоциональные состояния, развивать навыки сотрудничества.

### Игра «Составь лицо»

*Цель:* развивать умение различать эмоции, умение составлять заданную мимику, умение договариваться.

*Описание игры.*

Вариант I. Предложить составить лицо доброго (злого, спокойного и т. д.) человека.

Вариант II. Предложить составить из набора лицо и составить рассказ об этом человеке.

Вариант III. Дети сами составляют лицо, обсуждают его, делятся впечатлениями.

### Домино «Настроение»

*Цель.* Развивать навыки сотрудничества. Учить различать и сравнивать эмоциональные состояния.

*Описание игры.* В игре принимают участие от 2 до 7 человек. Каждый берёт по 4 карточки. Поочередно выкладывают их, подбирая выражения лиц — выигрывает тот, кто первым выходит из игры.

Именно в игре лучше всего проявляются индивидуальные особенности и взаимоотношения детей. Игровые ситуации дети воспринимают более естественно, чем серьёзные обсуждения. Игры помогают детям расслабиться, раскрепоститься, почувствовать себя комфортно, а также учат думать о себе и других, ставить себя на место другого. Всё это способствует гармонизации взаимоотношений.

