МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ДОШКІЛЬНОЇ ТА ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА

магістра

на тему: **«РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ІГРОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ»**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.0122-з
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»
освітньо-професійної програми «Дошкільна освіта»
О. С. Стружкіна

Керівник: доцент кафедри дошкільної та початкової
освіти, д. пед. н, доцент _____Н. М. Мирончук

Рецензент: доцент кафедри дошкільної та початкової
освіти, к.пед.н., доцент _____О.О.Самсонова

Запоріжжя
2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра дошкільної та початкової освіти
Рівень вищої освіти магістерський
Спеціальність 012 «Дошкільна освіта»
Освітньо-професійна програма «Дошкільна освіта»

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри _____

«____» _____2023 року

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Стружкіній Олені Сергіївні

1. Тема роботи: «Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку в ігровій діяльності»
керівник роботи: Мирончук Наталія Миколаївна, доктор педагогічних наук, доцент
затверджена наказом ЗНУ від 26.09.2023 р. № 1505-с

2. Строк подання студентом роботи: 23 листопада 2023 р.

3. Вихідні дані до роботи: матеріали педагогічної практики, курсових робіт

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, що належить розробити): проаналізувати особливості розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку; визначити роль ігрової діяльності в розвитку емоційного інтелекту дошкільників; вивчити рівні сформованості емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку; розробити експериментальну модель розвитку емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності; розробити програму розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

5. Перелік графічного матеріалу: 2 таблиці, 2 рисунки з результатами дослідження.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали консультанта	Дата, підпис	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Мирончук Н.М.	18.04.23 р.	18.04.23 р.
Розділ 1	Мирончук Н.М.	25.05.23 р.	25.05.23 р.
Розділ 2	Мирончук Н.М.	11.09.23 р.	11.09.23 р.
Висновки	Мирончук Н.М.	19.10.23 р.	19.10.23 р.
Додатки	Мирончук Н.М.	27.10.23 р.	27.10.23 р.

7. Дата видачі завдання: 18 квітня 2023 р.

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень - лютий	виконано
2	Написання вступу	жовтень	виконано
3	Написання першого розділу	грудень-квітень	виконано
4	Написання другого розділу	травень-вересень	виконано
5	Написання висновків	вересень	виконано
6	Оформлення додатків	жовтень	виконано
7	Оформлення роботи, рецензування	листопад	виконано
8	Захист	грудень	

Студент _____ О.С. Стружкіна
(підпис) (прізвище та ініціали)

Керівник роботи _____ Н. М. Мирончук
(підпис) (прізвище та ініціали)

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ Т. В. Турбар
(підпис) (прізвище та ініціали)

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 60 с., 2 таблиці, 44 джерел, 6 додатків.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити програму розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку засобами ігрової діяльності.

Об’єкт дослідження: процес розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження: зміст, форми і методи педагогічної роботи з розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз наукових досліджень, синтез, систематизація, узагальнення – для розкриття теоретичних засад проблеми, уточнення сутності понять; педагогічне моделювання – для розробки експериментальної програми; емпіричні: діагностичні методи, спостереження, аналіз продуктів дослідження, творчі вправи, ігри.

Теоретичне значення результатів дослідження визначається оцінкою рівня розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Практичне значення: полягає у вивченні та перевірці змісту, форм і методів розвитку емоційного інтелекту дітей в умовах ЗДО; у можливості використання вихователями розробленої методики для емпіричного вивчення і формування властивостей емоційного інтелекту вихованців у пізнавальній діяльності; у доборі ігор, вправ, завдань для розвитку емоційного інтелекту в дошкільників та формування їх емоційної культури.

Галузь використання: заклади дошкільної освіти.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ, ЕМОЦІЙНА СФЕРА, ДОШКІЛЬНИК, ЗАКЛАД ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ, ІГРОВА ДІЯЛЬНІСТЬ

SUMMARY

Struzhkina O. S. Development of emotional intelligence in preschool children through play activities

The qualification work consists of 60 pages, 2 tables, 44 sources, and 6 appendices. The aim of the research is to theoretically substantiate and experimentally verify the program for the development of emotional intelligence in preschool children through the means of play activities.

In accordance with the goal, the research tasks are defined as follows:

1) conduct an analysis of the problem of emotional intelligence development in preschoolers in the theory and practice of modern pedagogical science.

2) clarify the peculiarities of emotional intelligence development in preschoolers.

3) analyze the state of emotional intelligence development in preschoolers, determine the levels and indicators of its formation.

4) develop and implement a program for the development of emotional intelligence in preschool children through the means of play activities.

The object of the research is the process of emotional intelligence development in preschool children.

The subject of the research is the content, forms, and methods of pedagogical work aimed at the development of emotional intelligence in preschool children.

In Chapter 1, “Theoretical Foundations of Emotional Intelligence Development in Preschool Age”, the development of emotional intelligence in preschool age is considered as a scientific problem. The chapter explores the peculiarities of the development of the emotional sphere in preschool children and the role of play activities in the development of emotional intelligence in preschoolers.

In Chapter 2, “Research-Experimental Work on the Development of Emotional Intelligence in Preschoolers through Play Activities”, the levels of emotional intelligence formation in preschoolers were studied. An experimental model for the

development of emotional intelligence in preschoolers through play activities was developed, along with a program titled “We Can Transform Ourselves”.

The obtained research results can be utilized by educators in preschool institutions.

Keywords: emotional intelligence, emotional sphere, preschooler, preschool education institution, play activities.

ЗМІСТ

Вступ…….. 8
Розділ 1. Теоретичні основи розвитку емоційного інтелекту в дошкільному віці……... 11
1.1. Розвиток емоційного інтелекту в дошкільному віці як наукова проблема…… 11
1.2. Особливості розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку…….. 15
1.3. Роль ігрової діяльності в розвитку емоційного інтелекту дошкільників…….. 23
Розділ 2. Дослідно-експериментальна робота з розвитку емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності……... 30
2.1. Вивчення рівнів сформованості емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку…….. 30
2.2. Розробка експериментальної моделі розвитку емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності……..... 35
2.3. Програма розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку «Ми вміємо перевтілюватися»……. 41
Висновки……..... 65
Список використаних джерел…….. 68
Додатки……..... 72

ВСТУП

Успішна життєдіяльність дошкільника у соціумі пов’язана із багатьма чинниками: відповідним рівнем сформованості низки її особистісних характеристик, умінням взаємодіяти з іншими, встановлювати соціальні контакти, проявляти відповідний рівень самоорганізації, приймати рішення та ін. Як зазначають Л. Клевака, О. Гришко, В. Заїка, вважаючи, що гарантією успіху є інтелект, більшість батьків реалізують програми раннього інтелектуального розвитку дитини (навчити дитину читати, писати, володіти іноземною мовою), «що призводить до деформації емоційної сфери дошкільників», а в доповненні з сучасним дефіцитом емоційного спілкування у системі «батьки-дитина» – до емоційної глухоти дітей [16].

Актуальність проблеми посилюється збільшенням у закладах дошкільної освіти випадків індиферентності дітей до проявів агресії, цькування, насильства, приниження інших. Запобіганню таких проявів може сприяти цілеспрямована робота колективу закладу дошкільної освіти у співпраці із батьками з розвитку емоційного інтелекту в дошкільників.

Відповідно одним із актуальних завдань системи дошкільної освіти є вчити дітей виражати емоції, розпізнавати та сприймати їх, переносити себе в різні ситуації та вміти адекватно вирішувати їх, бути спроможним розуміти емоційні стани інших людей, оскільки це позначається на подальшому особистісному розвитку, формуванні характеру, оволодінні соціальними формами поведінки та здатності взаємодіяти з однолітками.

Базовий компонент дошкільної освіти (державний стандарт) особливу увагу надає питанню захисту і зміцненню емоційного благополуччя дітей, розвитку в них естетичних почуттів, моральності, емоційної чуйності, розуміння почуттів інших та прояву емпатії, співпереживання.

Науковий доробок з досліджуваної проблеми представлений різними аспектами дослідницьких пошуків: вивчення психологічних закономірностей

емоційного розвитку дошкільників (О. Запорожець, О. Кононко, О. Кульчицька та ін.); вивчення сутності та складників емоційного інтелекту (О. Гришко, Д. Гоулмен, Л. Клевака, Дж. Майєр, П. Саловей та ін.). Дослідники стверджують, що розвиток емоційного інтелекту особистості необхідний для її успішної соціалізації й життєдіяльності в суспільстві. Низкою сучасних досліджень (В. Лазоренко, О. Половіна, М. Шпак та ін.) доводиться, що недостатність сформованості емоційного інтелекту дитини дошкільного віку спричиняє поведінкові порушення, ускладнює соціальні контакти з іншими, закріплює негативні особистісні характеристики. Ігрову діяльність дітей дошкільного віку як засіб розвитку їх емоційного інтелекту, обґрунтовують дослідники В. Лазоренко (театралізована гра), Т. Завязун, Т. Піроженко, Л. Соловйова (сюжетно-рольові, рухливі, дидактичні ігри) та ін.

Аналіз наукових джерел з проблеми дослідження свідчить про актуальність, соціальну значущість та практичну необхідність теми дослідження «Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку в ігровій діяльності».

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити програму розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку засобами ігрової діяльності.

Відповідно до мети визначено завдання дослідження:

1. здійснити аналіз проблеми розвитку емоційного інтелекту дошкільників в теорії та практиці сучасної педагогічної науки;

2. з’ясувати особливості розвитку емоційного інтелекту дошкільників;

3. проаналізувати стан розвитку емоційного інтелекту в дошкільників, визначити рівні й показники його сформованості;

4. розробити і впровадити програму розвитку емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності.

Об’єкт дослідження – процес розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – зміст, форми і методи педагогічної роботи з

розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз наукових досліджень, синтез, систематизація, узагальнення – для розкриття теоретичних засад проблеми, уточнення сутності понять; педагогічне моделювання – для розробки експериментальної програми; емпіричні: діагностичні методи, спостереження, аналіз продуктів дослідження, творчі вправи, ігри.

Теоретичне значення результатів дослідження визначається оцінкою рівня розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Практичне значення полягає у вивченні та перевірці змісту, форм і методів розвитку емоційного інтелекту дітей в умовах ЗДО; у можливості використання вихователями розробленої методики для емпіричного вивчення і формування властивостей емоційного інтелекту вихованців у пізнавальній діяльності; у доборі ігор, вправ, завдань для розвитку емоційного інтелекту в дошкільників та формування їх емоційної культури.

Апробація результатів дослідження. Основні положення і результати дослідження апробовані на науково-практичній конференції: Всеукраїнська науково-практична конференція з міжнародною участю «Актуальні проблеми початкової освіти: теорія і практика», 23 жовтня 2023 р. (тема доповіді «Особливості розвитку емоційного інтелекту дошкільника»).

РОЗДІЛ 1
ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

1.1. Розвиток емоційного інтелекту в дошкільному віці як наукова проблема

Проблема вивчення та розвитку емоційного інтелекту нині є досить актуальною і відображена в дослідженнях вітчизняних та закордонних науковців. у сучасних роботах психологів розглядаються питання про природу і структуру емоційного інтелекту, про зв'язок понять «інтелект», «соціальний інтелект», «емоційний інтелект» тощо.

Емоційний інтелект є предметом численних досліджень. Значний внесок у розуміння поняття емоційного інтелекту зробили П.Саловей, Дж. Майер, Д. Гоулман та ін. При цьому варто зазначити, що емоційний інтелект – достатньо нове поняття для широкого загалу практиків у галузі вітчизняної педагогіки. Водночас науковці-теоретики стверджують, що розробку та ретельне вивчення цього феномену було розпочато в 1990 році, коли П. Саловей та Д. Майєр оприлюднили своє дослідження під назвою «Емоційний інтелект», що було першою публікацією з цієї проблеми.

У праці Д. Майера і П. Саловея поняття «емоційний інтелект» визначається так: «емоційний інтелект – це здатність людини усвідомлювати власні емоції, керувати ними, а також розпізнавати емоційні стани оточуючих.

Засновники моделі «емоційного інтелекту» Д. Майер та П. Саловей запропонували одну з перших моделей емоційного інтелекту, яка включає чотири складові:

- точність оцінки та вираження емоцій: це вміння є здатністю визначити емоції за фізичним станом та думками, за зовнішнім виглядом та поведінкою;

- використання емоцій у розумовій діяльності: емоції звертають нашу

увагу на важливі події, вони готують нас до певних дій та впливають на наш розумовий процес;

- розуміння емоцій: емоції – не випадкові події, їх викликають певні причини, вони змінюються за певними правилами;

- управління емоціями: ця здатність відноситься до вміння використовувати інформацію, яку дають емоції, викликати емоції або уникати їх залежно від їх інформативності або користі; керувати своїми та чужими емоціями.

Д. Гоулман розширив концепцію емоційного інтелекту, включивши в неї соціальні навички та елементи особистості. Його модель охоплює такі аспекти, як самосвідомість, саморегуляція, мотивація, емпатія та соціальні навички. Д. Гоулман акцентував увагу на практичному значенні емоційного інтелекту для особистого успіху та лідерства.

Якщо підхід Майера і Саловея фокусується на когнітивних процесах, пов'язаних з емоціями, то Д. Гоулман віддає перевагу більш широкому розумінню, що включає міжособистісні й внутрішньоособистісні компоненти.

Формування емоційного інтелекту відбувається відповідно до поступового розвитку його чотирьох базових функцій: самосвідомість, самоконтроль, соціальна чуйність, управління відносинами. На першому етапі відбувається становлення образу "Я", розуміння того, як влаштований власний психологічний світ, надалі формується здатність вправлятися зі своїми почуттями та бажаннями, потім – уміння встановлювати контакти з різними людьми, і нарешті – здатність до співпраці, вміння підтримувати, розвивати, зміцнювати контакти.

У сьогоденні в науково–методичній літературі порушується проблема формування і подальшого розвитку емоційного інтелекту, що обумовлена, перш за все, різноманіттям підходів до розуміння цього феномену (А. Голота, О. Гришко, Л. Клевака, Я. Куценко, Л. Матвеєва, Р. Робертс та інші).

А. Голота визначає поняття «емоційний інтелект» як здатність людини усвідомлювати власні емоції, керувати ними та розпізнавати емоції інших.

Дослідник стверджує, що особи з високим рівнем емоційного інтелекту добре розуміють почуття інших, здатні опановувати власними емоціями та керувати власною емоційною сферою, виявляють емпатію, співчуття та можуть впливати на почуття інших людей. Люди з розвиненим емоційним інтелектом краще адаптуються до умов соціуму [7, с. 18–23.].

А. Чернявська визначає це поняття «як динамічне інтегральне психологічне утворення, що зумовлює успішність міжособистісної взаємодії, адекватну самооцінку, позитивне мислення, а також лідерські здібності, що ґрунтуються на усвідомленні значущості емоцій та вмінні ними керувати» [37, с. 136–139].

Щодо розуміння цього поняття відносно дітей дошкільного віку В. Лазаренко дає таке означення: емоційний інтелект дошкільника – «це здатність усвідомлювати, розуміти свої почуття та емоції, називати їх (в межах вікової розвиненості), вміння проявляти їх за допомогою різних вербальних і невербальних засобів, вміння стримувати та керувати ними, а також проявляти початкові навички емпатії» [22, с. 281].

У своїй роботі ми послуговуватимемося таким розумінням поняття: емоційний інтелект дитини дошкільного віку – це здатність дошкільника розуміти власні почуття та емоції, знати ознаки прояву емоцій, вміти їх проявляти, відтворювати, стримувати та управляти ними, а також розпізнавати емоції інших людей.

Емоційний інтелект представляє складне інтегративне утворення, що включає сукупність когнітивних, поведінкових і емоційних якостей, завдяки яким відбувається усвідомлення, розуміння і регуляція своїх емоцій і емоцій оточуючих, що впливають на особистісний розвиток і міжособистісну взаємодію, тому розвиток емоційного інтелекту, в основному, включає роботу над цими компонентами. Рівень розвитку емоційного інтелекту і його особливості залежать від таких факторів: когнітивні здібності, уявлення про емоції, особливості емоційного реагування.

Результати вивчення цього питання підтверджують можливості

продуктивного розвитку емоційного інтелекту, зокрема, за допомогою спеціального організованого педагогічного впливу або організації ігрової діяльності дошкільників. І. Андрєєва розглядає біологічні та соціальні передумови формування та розвитку емоційного інтелекту. До біологічних передумов належать: рівень емоційного інтелекту батьків, правопівкульний тип мислення, властивості темпераменту. Соціальні передумови включають ступінь розвитку самосвідомості, впевненість у своїй емоційній компетентності, рівень освіти батьків та сімейний дохід, гендерні особливості виховання, локус контролю, релігійність та інші.

Розвиток емоційного інтелекту в дошкільному віці є важливою педагогічною проблемою, оскільки він має велике значення для загального успіху та щасливого дитинства дітей. Емоційний інтелект включає в себе уміння розпізнавати, розуміти, виражати та керувати своїми власними емоціями, а також взаємодіяти з емоціями інших людей. Ці навички важливі для успішної соціалізації, навчання та взаємодії з іншими.

Н. Трофаїла [35, с. 155-158] доводить, що для ефективного розвитку емоційної сфери дітей слід забезпечити відповідні психолого-педагогічні умови, зокрема такі, як створення позитивно-емоційної атмосфери в групі закладу дошкільної освіти; наявність позитивних емоційних стимулів у навчально-виховному процесі та ін.

Вихователі та батьки повинні створити сприятливе, підтримуюче середовище, де діти можуть вільно виражати свої емоції. Важливо надавати їм можливість говорити про свої почуття, а не пригнічувати їх.

Дошкільники повинні навчатися розпізнавати різні емоції, як свої власні, так і емоції інших. Це можна робити за допомогою гри, малюнків, іграшок і інших методів. Крім того, вони повинні вчитися виражати свої емоції словами, малюнками, жестами й іншими способами, що допоможе їм краще розуміти себе і взаємодіяти з іншими.

Діти повинні навчитися співчувати і розуміти емоції інших людей. Це допомагає покращити взаємодію з однолітками та дорослими. Також важливо

навчити дітей способів керування своїми емоціями.

Педагоги та батьки мають важливу роль у сприянні розвитку емоційного інтелекту в дошкільному віці. Це вимагає терпіння, розуміння та приділення уваги потребам кожної дитини. Розвинутий емоційний інтелект допоможе дітям краще адаптуватися до соціального середовища, розвиватися та виростати в щасливих та успішних особистостей.

1.2. Особливості розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку

Питання щодо сензитивного періоду для розвитку емоційного інтелекту є дискусійним. Проте більшість дослідників вважає таким періодом дитинство (О. Власова, Д. Гоулман, Ю. Приходько, Л. Трофименко та ін.).

У дошкільному віці починає закладатися здатність до емоційної децентрації, що передує інтелектуальній, становлення якої відбувається у старшому дошкільному віці. Цей факт має важливе значення для соціальної взаємодії, адже спроможність дитини відволікатись від власних емоційних переживань і сприймати емоційний стан іншої людини забезпечує успішність її взаємодії з іншими. Поряд із розвитком уміння розпізнавати та розуміти емоції у старшому дошкільному віці відбувається становлення довільної регуляції емоцій та поведінки.

Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в дітей старшого дошкільного віку досліджував М. Нгуен [44]. Учений стверджує, що готовність дитини орієнтуватися на іншу людину і враховувати її емоційний стан у своїй діяльності та спілкуванні є найважливішим емоційним новоутворенням, яке відображає рівень розвитку і формування емоційного інтелекту старших дошкільників. М. Нгуен встановив, що до структури емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку входить три компоненти: спрямованість уваги дитини на світ людей і світ емоцій; емоційна орієнтація на іншого; готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у

своїй діяльності.

У дошкільному віці розширюється та збагачується емоційний досвід дитини, формується емоційне ставлення до себе, інших людей та навколишньої дійсності загалом, що відображається в особливостях емоційної поведінки дитини у процесі соціальної взаємодії та спілкування з іншими дітьми й дорослими.

Емоційний інтелект слід розглядати в контексті передумов, що впливають на його формування, а саме біологічних і соціальних.

До біологічних передумов розвитку емоційного інтелекту можна віднести рівень емоційного інтелекту батьків, правопівкульний тип мислення, спадкові задатки емоційної сприйнятливості, властивості темпераменту.

Рівень емоційного інтелекту батьків. Генетичний компонент емоційного інтелекту пов’язаний, насамперед, зі статтю. У дослідженнях Д. Гуастелло і С. Дж. Гуастелло виявлено значущу кореляцію між рівнем емоційного інтелекту дітей та їхніх матерів, тоді як кореляція між рівнем емоційного інтелекту дітей та їхніх батьків – відсутня.

З одного боку, можливо, рівень емоційності батьків діє опосередковано: як «збагачене середовище», в якому дитина може набути необхідні для адаптації знання, навички і розвинути впевненість у своїй емоційній компетентності. З іншого боку, правомірне припущення, що емоційний інтелект пов'язаний з функціональною асиметрією мозку, зокрема з домінуванням правої півкулі. Правопівкульний тип мислення пов'язаний з невербальним інтелектом, точним розпізнаванням емоційного забарвлення мови. Люди з розвиненим невербальним інтелектом більш емоційно рухливі, краще розрізняють емоції та орієнтовані більшою мірою на інших, ніж на самих себе.

Домінування правої півкулі виступає в якості певного спадкового задатку емоційної сприйнятливості, яка характеризує успішність адаптації емоційної реакції на стимул до обставин. Слабо розвинена емоційна сприйнятливість частково спадкова і передбачає незрілі почуття. Для осіб, у яких вона розвинена

високо, характерне поєднання задоволення особистих потреб з інтересами суспільства. Отже, емоційна сприйнятливість пов'язана з ефективним опрацюванням інформації, що стосується емоцій.

Властивості темпераменту можна віднести до вроджених задатків емоційної сприйнятливості. На думку А. Лібіна, і темперамент, і інтелект – характеристики інструментальної сфери індивідуальності, тільки темперамент характеризує її з боку активності, енергії, а інтелект – з боку можливостей суб'єкта, вміння розпорядитися цією енергією.

Від особливостей темпераменту залежать вибір людиною емоційних переживань певного характеру. Так, наприклад, екстраверти прагнуть виконувати діяльність, пов’язану з переживаннями радості, активності, й уникають переживань, пов’язаних з сумом. Інтроверти ж ігнорують діяльність, яка викликає переживання гніву, активності й радості.

До соціальних передумов розвитку емоційного інтелекту можна віднести синтонність, саморегуляцію та самооцінку, рівень розвитку самосвідомості дитини, впевненість у своїй емоційній компетентності, емоційно благополучні відносини між батьками та ін. Синтонність тлумачиться як «інстинктивне співзвуччя з оточенням». Синтонічна особистість мимоволі переживає ті самі емоції, які переживають люди, з якими вона перебуває в безпосередньому контакті. Однак у міру становлення логічного, причинно-наслідкового мислення синтонність змінюється емпатією, яка є не стільки емоційне співзвуччя зі станом іншої людини, скільки його розпізнавання.

На ранніх етапах розвитку особистості формуються також і механізми саморегуляції. На особистісному рівні саморегуляція здійснюється за такими напрямами: смисловим, особистісних утворень і психічних станів. Саморегуляція психічних станів пов'язана безпосередньо з самоконтролем. Вся система особистісної саморегуляції базується на ступені розвиненості самосвідомості. Іншими словами, рівень розвитку самосвідомості виступає передумовою управління власними емоціями.

Процеси самооцінки і саморегуляції лежать в основі впевненості у своїй

емоційній компетентності (тобто в основі уявлень людини про те, чи може вона розуміти емоції, керувати ними і міжособистісною взаємодією). Цей феномен формується в ході соціального навчання.

Важливою передумовою емоційного інтелекту є емоційно благополучні взаємини між батьками. Відомо, що створення оптимальних умов для емоційного розвитку дитини залежить від характеру взаємовідносин подружжя, від рівня задоволеності батьків сімейним життям. У дослідженні, проведеному в США, було виявлено, що люди, задоволені своїм сімейним життям, мають вищий рівень емоційного інтелекту, ніж незадоволені. Ймовірно, батьки з високим рівнем емоційного інтелекту здатні створити гармонійні умови сімейних взаємин, що детермінують, своєю чергою, розвиток емоційного інтелекту їхніх дітей. У такій сім'ї її члени більш уважно ставляться до переживань один одного і частіше обговорюють емоційні проблеми.

Схильність батьків до обговорення емоційних проблем сприяє кращому розумінню дитиною власних емоцій, розвитку в неї здатності до саморегуляції. Чим частіше матері обговорюють зі своїми дітьми різні емоційні стани, тим успішніше діти адаптуються до емоційних проявів незнайомих дорослих, досягнувши шестирічного віку.

Отже, в основі біологічних передумов розвитку здібностей емоційного інтелекту лежать вроджені відмінності, що стосуються функціональної асиметрії мозку та властивостей темпераменту. Соціальні ж передумови розвитку емоційного інтелекту складаються, насамперед, у найближчому сімейному оточенні та визначаються характером відносин між подружжям, їх увагою до внутрішнього життя дитини та стратегією виховання, яка передбачає формування адекватної самооцінки і позитивного образу «Я», розвиток самоконтролю і здатності до зваженого аналізу емоційної інформації, відсутність жорсткої установки на відповідність поведінки дитини вимогам її гендерної ролі.

Соціальний розвиток у дошкільному віці тісно пов'язаний з емоційним інтелектом. Діти з високим рівнем емоційного інтелекту здатні краще

взаємодіяти з однолітками, виражати співчуття та розуміти емоції інших. Це сприяє формуванню міцних соціальних зв'язків, розвитку навичок співпраці та підтримки у взаємодіях з іншими. Також діти з розвиненим емоційним інтелектом краще адаптуються в соціальних ситуаціях і мають менший ризик соціальної ізоляції чи конфліктів.

Дошкільний вік – це період інтенсивного емоційного розвитку дитини, формування у неї культури сприйняття та вираження емоцій. Унаслідок впливу середовища життя дитини (знайомство з довкілля, ставлення до неї батьків, взаємодія з іншими дітьми тощо) емоційне життя дошкільника стає більш насиченим, збагачується новими емоціями.

У дошкільника достатньо розвиненими є такі емоції, як радість, любов, страх, гнів, переляк, сором’язливість та ін. Саме в цей період діти здатні набути емоційних звичок – навичок, які пов’язані з отриманням і проявом емоційних станів, спроможні опанувати способи зняття напруги й контролю емоцій. Накопичені в період дошкільного віку навички мають істотний вплив на подальше життя дитини.

Вивчення й аналіз психолого-педагогічної літератури з означеної проблеми дає підстави виокремити основні тенденції, які простежуються в емоційному розвитку дошкільників. Насамперед зазначимо, що емоції і почуття дитини дошкільного віку стають складнішими, порівняно з особливостями їхнього розвитку в ранньому віці, однак мають переважно ситуативний характер. Зумовлені вони передусім розширенням її спілкування з людьми, оволодінням мовними засобами та розвитком елементів самостійності. Справді, саме в цей віковий період відбувається соціалізація емоційної сфери. Найбільш яскраво емоції та почуття виявляються у сфері стосунків із близькими людьми (батьки, вихователі, друзі).

Психологи наголошують, що в цей віковий період спостерігається загалом:

- яскрава емоційна забарвленість пізнавальних процесів (відчуття, сприймання, мислення, уяви);

- емоційна насиченість різних видів діяльності, особливо ігрової діяльності та процесу спілкування з дорослими і ровесниками.

При цьому «відбувається зміна змісту афектів, яка виявляється насамперед у виникненні особливих форм співпереживання, співчуття до інших людей, задля яких виконуються дії»;

- дитина оволодіває «мовою» емоцій і почуттів. Вона вчиться за допомогою міміки, жестів, рухів, інтонацій голосу виражати свої переживання;

- при цьому емоційні переживання дедалі більше набувають вербалізованого характеру (наприклад, «Я ображений на тебе», «Мені боляче!»), хоча висловлювання дитини, які позначають ці емоції, ще досить лаконічні;

- спостерігається безпосередність емоційної поведінки та не приховування емоційних переживань, хоча дитина поступово оволодіває умінням стримувати бурхливі, різкі прояви своїх почуттів. Таким чином, дитина починає розуміти, як треба поводитись в певній ситуації, у неї з’являються перші ознаки вольової регуляції;

- розвиваються соціальні емоції, формуються вищі почуття, а саме: моральні (хороший-поганий, добрий-злий), естетичні (гарний-негарний, приємний-неприємний) та інтелектуальні (здивування, зацікавлення, радість успіху)

Основним джерелом, яке забезпечує їхній розвиток, є ігрова діяльність як провідна на певному віковому етапі. Саме в грі дитини дошкільного віку особливо яскраво проявляється почуття допитливості, яке стимулює пізнавальну активність дитини, бажання отримати відповіді на численні запитання, що стосуються навколишньої дійсності. У дошкільному віці подальшого розвитку набуває уміння розпізнавати емоції за характерними зовнішніми ознаками (мімікою, жестами, загальними особливостями поведінки).

Дослідники вивчаючи особливості розпізнавання та розуміння емоцій дітьми дошкільного віку, стверджують, що розвиток у дітей цих навичок можна

охарактеризувати як поступовий перехід від «зовнішньої» орієнтації, коли дитина сприймає емоцію як реакцію на ту чи іншу ситуацію, до «внутрішньої», коли дитина бере до уваги як соціальну ситуацію загалом, так і бажання та потреби людей. Це дозволяє дитині, на нашу думку, більш диференційовано сприймати і визначати емоційні стани як свої, так і інших людей, розуміти прояви емоційних переживань, зокрема більш складні комплекси емоцій, усвідомлювати причини їх виникнення. Окрім цього, синхронно зі ступенем ускладнення діяльності дитини і віддалення її початкових дій від кінцевих результатів, змінюється місце емоцій у часовій структурі діяльності, і вони починають випереджувати хід виконання задачі, що розв'язується наразі.

На цій основі формується особлива психічна діяльність – емоційна уява, яка є сплавом афективних та когнітивних процесів (Л. Виготський, О. Запорожець). Це емоційне випередження дозволяє дитині попередньо програти в уяві різні варіанти своїх дій, при цьому не тільки заздалегідь уявити можливі наслідки цих дій, а й пережити їх. Таке емоційне випередження, на думку О. Запорожця, має вирішальне значення у формуванні в дошкільника моральної поведінки. Водночас уже в молодшому дошкільному віці починає закладатися здатність до емоційної децентрації, що передує інтелектуальній децентрації, становлення якої відбувається у старшому дошкільному віці (О. Запорожець). Це має важливе значення для соціальної взаємодії, адже спроможність дитини відволікатись від власних емоційних переживань і сприйняти емоційний стан іншої людини, забезпечує успішність її спілкування з близькими людьми.

Поряд із розвитком уміння розпізнавати та розуміти емоції у старшому дошкільному віці відбувається становлення довільної регуляції емоцій та поведінки. На думку Л. Божович, довільність є психологічним новоутворенням, яке виникає у процесі розвитку афективно-потребової сфери, і забезпечує готовність дитини до школи. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в дітей старшого дошкільного віку досліджував М. Шуть. Учений стверджує, що готовність дитини орієнтуватися на іншу людину і враховувати

її емоційний стан у своїй діяльності та спілкуванні є найважливішим емоційним новоутворенням, яке відображає рівень розвитку і формування емоційного інтелекту старших дошкільників. Встановлено, що до структури емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку входить три компоненти:

- спрямованість уваги дитини на світ людей і світ емоцій;

- емоційна орієнтація на іншого;

- готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у своїй діяльності.

Розробник теорії емоційного інтелекту Д. Гоулман вважає, що в процесі розвитку емоційної сфери дитини варто враховувати такі критерії розвиненого емоційного інтелекту:

1) розуміння власних емоцій (самосвідомість);

2) керування власними емоціями (самоконтроль);

3) емпатія у ставленні до інших людей (соціальне розуміння);

4) здатність справлятися з емоціями інших людей (управління взаємовідносинами) [7, с. 18–23.].

Ці наукові положення є важливими для нас у контексті нашого дослідження вікових передумов розвитку емоційного інтелекту в середньому дошкільному віці. У дошкільному віці розширюється та збагачується емоційний досвід дитини, формується емоційне ставлення до себе, інших людей та навколишньої дійсності загалом, що відображається в особливостях емоційної поведінки дитини у процесі соціальної взаємодії та спілкування з іншими дітьми й дорослими.

На формування емоційного інтелекту впливає розвиток таких особистісних якостей, як емоційна стійкість, позитивне ставлення до себе і емпатія. Таким чином, розвиваючи ці якості дитини, можна підвищити рівень її емоційного інтелекту. Цим обґрунтована необхідність розробки системи педагогічних заходів, яка спрямована на розвиток емоційної сфери дошкільника, виховання доброзичливого ставлення до однолітків.

Узагальнюючи викладене, подаємо структуру емоційного інтелекту на

рисунку 1.1.

Таким чином, аналізуючи дослідження емоційного інтелекту науковців за останні роки, можна зробити висновок про підтвердження можливості розвитку емоційного інтелекту в дітей старшого дошкільного віку за умови правильно організованого освітнього середовища, врахування індивідуальних особливостей розвитку дитини та з огляду на передумови формування емоційного інтелекту.

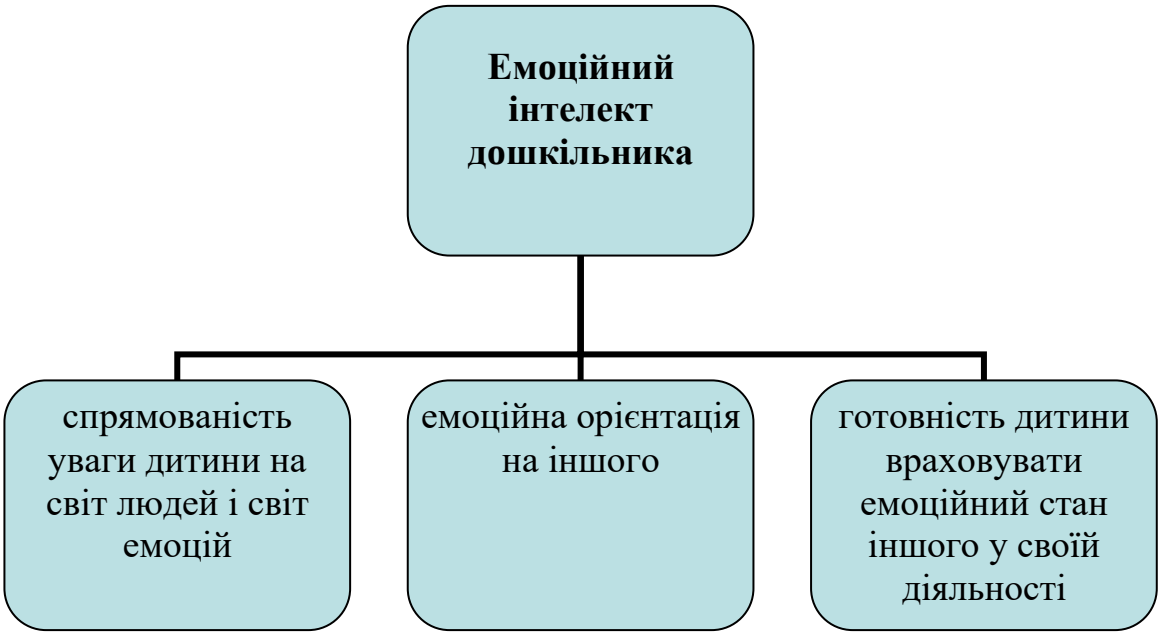


Рисунок 1.1. Структура емоційного інтелекту дітей старшого дошкільного віку

1.3. Роль ігрової діяльності в розвитку емоційного інтелекту дошкільників

У педагогіці існує чимало засобів, які допомагають вплинути і розвивати саме емоційний інтелект дошкільників. На сьогоднішній день існує тенденція до зростання кількості дітей дошкільного віку з проблемами у соціально-емоційному та інтелектуальному розвитку. Постає проблема надання ефективної психолого-педагогічної допомоги дітям. Тому зростає інтерес до

використання різного виду ігор як універсального методу вільного самовираження дитини та гармонізації тих сторін особистості, для вираження яких немає адекватних вербальних засобів.

Наприклад, В. Лазоренко [22, с.282] стверджує, що, відповідно до логіки побудови освітнього процесу в ЗДО та змісту програм навчання, завдання розвитку емоційної сфери дітей дошкільного віку можуть бути реалізовані в театралізованій діяльності. Доцільними для роботи з дошкільниками є такі види театру: ляльковий, театр маріонеток, пальчиковий, театр на фланелеграфі, тіньовий у яких використовуються такі матеріали, як іграшки, картинки, ляльки, кокони, смикунчики, маріонетки, фланелеграф, фігурки тіньового театру, «живі тіні».

Ігрова терапія – метод психотерапевтичного впливу на дітей і дорослих з використанням гри. Гра може використовуватися в роботі з дошкільниками у вигляді спеціальних вправ, завдань на невербальні комунікації, театралізації, розігруванні ситуацій, програванні ролей тощо. Гра коригує приховані негативні емоції, страхи, невпевненість у собі, розширює здібності дітей до спілкування, збільшує діапазон доступних дитині дій з предметами. Через гру формується здатність дитини до довільної регуляції діяльності на основі підпорядкування своєї поведінки системі правил, що регулюють виконання ролі, а також правил поведінки в ігровій кімнаті.

Важливою для всебічного розвитку дошкільника є рухлива гра. Їхня роль у формуванні емоційного інтелекту визначається в тому, що вони спонукають дітей бути активними, діяльними, міркувати, досягати успіху. Рухлива гра не можлива поза спілкуванням. У рухливій грі якнайповніше реалізуються емоційні зв’язки між дітьми, відбувається розподіл рольових функцій. У рухливій грі дошкільник у процесі змагання або командної роботи виявляє низку емоцій, вчиться культурі їх вираження.

Рухливі ігри, засновані на природних рухах, спрямовані на активізацію функціонального розвитку органів і систем, стимулювання поліпшення діяльності різних аналізаторів, нервових процесів і сприяють підтриманню

рівноваги між збудженням і гальмуванням. Рухливі ігри заповнять прогалини, спричинені недостатньою фізичною активністю, і підвищать загальну працездатність. Різноманітні рухи і дії в грі сприяють живленню організму, підвищенню стійкості до сприятливих умов зовнішнього середовища, впливають на фізичний розвиток і загальне оздоровлення організму.

Емоційна піднесеність у грі дозволяє: формувати життєво необхідні навички та уміння, які широко застосовуються в побутових умовах і трудовій діяльності; досягати значної рухової активності; збагачувати руховий досвід і вміння управляти тілом у складних умовах; розвивати рухові якості (силу, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість); формувати систему знань, що підвищує рівень загальноосвітньої культури дитини про себе, свої можливості, силу свого тіла, гігієну та ін.

Рухливі ігри пов’язані з культурою вираження позитивних і негативних емоцій. Це зумовлює можливість навчати дітей управляти своїми емоціями. Відповідно вихователь повинен бути готовим до роботи з дітьми з навчання способів вираження емоцій.

Рухлива гра змагального колективного характеру містить у собі можливості прояву цілеспрямованості, наполегливості, рішучості на шляху досягнення обумовленого грою результату. Важливо, щоб у дитини формувалися і загострене почуття необхідності індивідуальних ігрових дій, і почуття доцільності в конкретний момент гри саме колективних зусиль у досягненні мети. Змагальній рухливій грі властиве суперництво, однак дітей слід вчити контролю негативних емоцій, повязаних із змаганням і недопущення прояву неприязні або ворожості до суперників.

Зміна емоцій у дітей під час гри є важливим способом зміцнення нервової системи, розвитку в дитині самоврядності, контролю нервових проявів управління емоціями.

Емоційний фон гри залежить від характеру і величини рухової навантаження, яка повинна бути оптимальною, цілком достатньою для переважання позитивних емоцій. У той же час плановане збільшення

навантаження, її інтенсифікація є ефективними засобами адаптації організму дитини до ускладненим умов функціонування організму, його пристосовності до соціальних і природних факторів середовища. [8, с. 10-12.].

Гра – це перша діяльність, якій належить особлива значна роль в психічному розвитку дитини, у формуванні її якостей і її внутрішнього світу. Численні дослідження акцентують увагу наукової спільноти на взаємозв'язку використання ігор в роботі з дітьми дошкільного віку та формуванням їх емоційного інтелекту.

Гра є відтворенням відносин і діяльності дорослих, допомагає з'ясувати, як дитина уявляє собі дорослих, сенс їхньої діяльності та відносини з іншими людьми. Дитяча гра – засіб для з'ясування тих об'єктивних стосунків, у яких реально живе дитина, та опанування енергією власних емоцій, надання їм правильного значення та сенсу.

В умовах гри діти краще опановують власні та розуміють чужі емоції, вчаться їх ідентифікувати, вербалізувати й опановувати. У грі діти відтворюють дії і відносини дорослих людей, вступають між собою в різні стосунки, необхідні для формування в них відповідних якостей особистості.

Отже, аналізуючи емоційну сферу дошкільників можна сказати, що саме розвиток емоційного інтелекту дошкільника є важливим у сучасному виховному процесі. Повноцінне формування емоційної сфери дошкільника не може позитивно реалізовуватися без засобів впливу на неї.

Оздоровче значення рухливих ігор полягає в їх застосуванні в перервах між заняттями та на заняттях. При цьому слід враховувати принцип оптимального навантаження на організм дитини в поєднанні з гігієнічними вимогами до занять фізичними вправами.

Рухливі ігри є визнаним цілющим засобом лікувальної фізичної культури в медичних реабілітаційних установах, цінністю адаптивної фізичної культури для дітей з обмеженими функціональними можливостями.

Таким чином, організуючи в іграх на занятті різну за характером діяльність дітей, вихователь тим самим теж регулює навантаження на учасників

ігор. На них впливає також новизна гри, достатня кількість ігрового приладдя, різної бутафорії. Ці фактори в першу чергу впливають на увагу й емоції, а потім і на загальний стан дитини, на емоційний фон її настрою. Для повного використання педагогічного і розвивального потенціалу рухливих ігор у практиці роботи з дітьми дошкільного віку за будь-яких умов під час організації рухливих ігор дотримуються певних правил (Додаток А).

Використання рухливих ігор у практиці роботи з розвитку емоційної сфери дошкільників допомагає дитині долати бар'єри тривожності і страхів, ставати більш розкутою та відкритою, в той же час помічати ємоційні реакції партнерів у соціальній взаємодії та складати належний прдуктивний алгоритм повідінки. Слід додати, що на таких заняттях діти, по-перше, вчаться усвідомлювати свої відчуття, емоції, спонукання, спрямування та бажання, по-друге, переборювати власні страхи і тривоги, а по-третє, поступово оволодівати «тілесним усвідомленням».

Таким чином, підводячи підсумок роботи, ми можемо сказати, що саме розвиток емоційного інтелекту дошкільника є важливим у сучасному виховному процесі. Повноцінне формування емоційної сфери дошкільника не може позитивно реалізовуватися без засобів впливу на неї.

В умовах гри діти краще опановують власні та розуміють чужі емоції, вчаться їх ідентифікувати, вербалізувати та опановувати. У грі діти відтворюють дії і відносини дорослих людей, вступають між собою в різні стосунки, необхідні для формування в дитини певних якостей особистості.

Вибір типу рухливих ігор для роботи з формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку потребує ретельного підходу з урахуванням вікових, особистічних та соціальних характеристик дитячого колективу або особистісних характеристик конкретної дитини.

Для розвитку емоційного інтелекту дошкільників можливо використовувати й такі види ігрової діяльності: аналіз настроїв та почуттів героїв під час читання вихователем або прослуховування аудіотекстів; програвання ситуацій з життя дітей; театралізовані ігри (виконання ролей

персонажів казки, мультфільму); ігрові вправи «Вгадай настрій/емоцію»; демонстрація малюнків, фотографій, картинок та впізнавання емоцій; малювання настрою та ін.

Отже, проблема вивчення та розвитку емоційного інтелекту є актуальною і відображена в роботах вітчизняних і закордонних дослідників. Загалом розглядаються теоретичні засади проблеми розвитку емоційного інтелекту, особливості його формування і розвитку в дошкільному віковому періоді, обґрунтовується роль емоцій у навчанні та життєдіяльності дошкільника; розглядаються умови формування умінь управляти емоційним станом та ін.

На основі аналізу наукових джерел визначено поняття емоційного інтелекту як здатності дошкільника розуміти власні почуття та емоції, знати ознаки прояву емоцій, вміти їх проявляти, відтворювати, стримувати та управляти ними, а також розпізнавати емоції інших людей.

Встановлено, що період дошкільного дитинства – це період активного формування та розбудови емоційної сфери дитини, його розвитку як носія унікальних компетентностей і властивостей. Визначено особливості формування емоційної сфери дошкільника:

- фон сприйняття дійсності є більш спокійним та врівноваженим, порівняно з попередніми віковими періодами;

- емоційність дітей цього віку зумовлена уявленнями, що поступово розвиваються, доповнюючи та розгортаючи одне одного: бажання-уявлення – дія – емоція;

- емоційні процеси набувають більшої урегульованості;

- активно розвивається емоційне передбачення (уявлення про те, як буде оцінено результат діяльності з боку дорослих);

- першою ланкою в ланцюжку емоційних реакції постає афект;

- відбувається перехід від бажань (мотивів), спрямованих на предмети, до мотивів, спрямованих на властивості та якості предметів та на кінцевий результат володіння цими предметами;

- самооцінка тяжіє до завищеної, оскільки вона на цьому віковому етапі

моє допомагати опановувати нові види діяльності без сумнівів та страху;

- з’являється здатність здійснювати самооцінку, але тільки в сфері поведінкових реакцій.

Проаналізовано роль ігрової діяльності дошкільників як засобу розвитку їх емоційного інтелекту. З’ясовано, що це завдання може бути реалізоване через потенціал театралізованих ігор, рухливих ігор, різних видів вправ та ігрових завдань.

РОЗДІЛ 2
ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Вивчення рівнів сформованості емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку

Як було зазначено в підрозділі 1.2, складовими емоційного інтелекту дошкільників визначено:

- спрямованість уваги дитини на світ людей і світ емоцій;
- емоційна орієнтація на іншого;
- готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у своїй діяльності.

Ці структурні елементи емоційного інтелекту обрано в якості критеріїв для підбору методик з метою виявлення рівня сформованості емоційного інтелекту в дошкільників.

Вивчення рівнів сформованості емоційного інтелекту дітей здійснювалося з вихованцями Закладу дошкільної освіти № 231 «Малинка» Запорізької міської ради. У дослідженні взяло участь 30 вихованців (16 дівчаток і 14 хлопчиків). З метою вивчення рівнів сформованості емоційного інтелекту дітей було використано такі методики: «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (додаток В), проєктивна методика «Три бажання» (додаток Г) «Що? Чому? Як?» (додаток Д).

Дослідження рівня розвитку емоційного інтелекту та спрямованості дитини на світ людини, речей чи емоцій за методикою «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (додаток В) дозволило виявити такі рівні.

Низький рівень сформованості емоційного інтелекту (з «орієнтацією на світ речей») спостерігається у 5 дітей, що становить 16,7% серед них: 2 дівчинки і 3 хлопчиків; середній рівень емоційного інтелекту (зі

«спрямованістю на світ людей») спостерігаємо у 18 дітей (9 дівчаток і 9 хлопчиків), що становить 60% досліджуваних; достатній рівень емоційного інтелекту (з «орієнтацією на світ емоцій») виявлено у 7 дітей (5 дівчаток і 2 хлопчиків), що становить 23,3%.

За допомогою проєктивної методики «Три бажання» було виявлено спрямованість дитини на себе або на інших і загальний показник рівня розвитку емоційного інтелекту. Різниця результатів за цією методикою від 2 до 6 балів з 6 можливих. Орієнтацію на себе і низький рівень розвитку емоційного інтелекту діагностовано у 15 досліджуваних, що становить 50% від загальної вибірки кількості досліджуваних: 10 дівчаток і 5 хлопчиків. Достатній рівень емоційного інтелекту і орієнтацію на емоції й почуття іншої людини демонструють 6 дітей (хлопчики), що становить 20% від загальної кількості досліджуваних. Середній рівень розвитку емоційного інтелекту властивий 30% досліджуваним – 9 дітей (6 дівчаток і 3 хлопчики).

Третя методика «Що? Чому? Як?» дозволила виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї. Низький рівень готовності до розуміння емоційного стану іншої людини діагностовано у 4 дівчаток (13,3%). Середній рівень готовності до співпереживання, піклування про іншу людину продемонстрували 18 дітей (60%), з них: 8 дівчаток і 10 хлопчиків. Достатній ступінь готовності до врахування емоційного стану іншої людини зафіксовано у 26,7% досліджуваних, що становить 8 дітей (4 дівчинки і 4 хлопчики).

Узагальнені результати вивчення рівня сформованості емоційного інтелекту дошкільників подано в таблиці 2.1.

Як бачимо з таблиці 2.1, у 26,7% досліджуваних дітей зафіксовано низький рівень сформованості емоційного інтелекту, в 50,0% дітей – середній рівень його сформованості, 23,3% дітей мають достатній рівень сформованості емоційного інтелекту. Виявлені результати свідчать про необхідність спеціально організованого педагогічного впливу з метою формування у дошкільників здатності співчувати іншому, проявляти позитивне емоційне

ставлення, уважність, чуйність до інших.

Таблиця 2.1

Узагальнені показники сформованості емоційного інтелекту в дошкільників

Методики	Рівні сформованості, % (абс.)			Усього, %
	Низький	Середній	Достатній	
«Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій»	16,7 (5)	60,0 (18)	23,3 (7)	100
«Три бажання»	50,0 (15)	30,0 (9)	20,0 (6)	100
«Що? Чому? Як?»	13,3 (4)	60,0 (18)	26,7 (8)	100
Середній показник	26,7 (8)	50,0 (15)	23,3 (7)	100

Визначимо психолого-педагогічні умови для формування емоційного інтелекту дошкільників:

1. Демонстрація дітям зразка прояву емоційного інтелекту;

2 Створення психологічно-комфортного клімату спілкування вихователя і дітей;

3. Збагачення розвиваючого предметно-просторового середовища посібниками, іграми, іграшками;

4. Індивідуальний підхід до дітей з урахуванням їх емоційного інтелекту;

5. Розвиток емоційної сфери дитини в процесі ігрової діяльності.

Проаналізуємо умови розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку.

Перша умова – демонстрація дітям зразка в прояві емоційного інтелекту. Прикладом вираження емоцій для дитини дошкільного віку є батьки та оточуюче середовище. Батьки відіграють найважливішу роль у загальному розвитку своєї дитини. Саме правильне наставництво батьків розвиває характер дитини. Роль батьків у розвитку дитини є чуйною, відповідальною і нескінченною працею. Діти спостерігають за взаємодією і за тим, як інші члени сім'ї проявляють емоції. Це формує у них відповідні цінності, які мають

вирішальне значення для дорослішання.

Незалежно від віку дитини, з нею необхідно обговорювати свої проблеми і способи, за допомогою яких вони розв'язуються. Відносини в родині, спостереження за тим, як виражають свої емоції батьки, впливають на емоційний розвиток дитини. Якщо батьки виявляють стабільність у своїй поведінці і висловлюють свої почуття збалансовано, діти також їх наслідують. Якщо батьки схильні до насильства, то і діти приймають те ж саме. Якщо дорослі занадто виконують забаганки своїх дітей, є ймовірність, що вони стануть недисциплінованими і впертими. Навпаки, якщо не проявляти ніякої прихильності, вони стають замкнутими і покірними.

Як і сім'я, суспільство також впливає на емоційний розвиток дитини. Якщо навколишнє середовище емоційно заряджене, дитина стає емоційно нестабільною. Коли люди стабільні і вміють контролювати свої емоції, то і дитина залишається такою. Дошкільники вчаться контролювати свої емоції і намагаються відповідати нормам соціально прийнятої поведінки в суспільстві. Управління емоціями необхідне для здорового фізичного та психічного здоров'я дитини.

Друга умова – створення психологічно-комфортного клімату спілкування вихователя і дітей в закладі дошкільної освіти. Безпосереднє спілкування дитини з педагогом починається з ранкового прийому дітей: важливо задати сприятливий емоційний тон, який впливає на настрій, працездатність, дисциплінованість дітей упродовж дня. Важливо, з яким настроєм прийшла дитина, від цього залежить, чи можна відразу залучати малюка до діяльності, або дати йому можливість побути одному, заспокоїтися. Можна розпитати дитину про її настрій, про те, які емоції викликали події ранку, поговорити про це з батьками (дорослими, з якими прийшла дитина).

Вихователь привчає дітей вітатися з усіма, хто їх зустрічає, стежити, щоб вони були ввічливі й доброзичливі в спілкуванні один з одним. Робота педагога в рамках педагогічної підтримки розвитку та становлення емоційної сфери дошкільника може здійснюватися в різних видах діяльності і передбачає як

пряму, так і непряму роботу в напрямках розвитку: мовленнєвому, соціально-комунікативному, фізичному, художньо-естетичному, пізнавальному.

Третя умова – збагачення розвиваючого предметно-просторового середовища посібниками, книгами, іграшками. Розвиваюче предметно-просторове середовище є частиною освітнього процесу, представленого спеціально організованим простором. У його створенні важливо враховувати не тільки вік та риси особистості групи, а також дизайн та ергономічність середовища освітнього закладу. Правильно організоване предметно-просторове середовище, насичене засобами навчання та виховання, забезпечує ігрову, пізнавальну, дослідницьку, творчу діяльність для всіх дітей, дозволяє експериментувати з різними матеріалами та предметами, доступними для дітей. Діти емоційні у взаємодії з предметно-просторовим середовищем, що дає їм можливість висловитись.

Четверта умова – індивідуальний підхід до дітей з урахуванням їх емоційного інтелекту. Важливо пам’ятати, що розвиток кожної дитини унікальний і складний етап. Педагогічний вплив завжди опосередковується психологічними особливостями дитини, і тому характер і ефективність впливу визначаються не тільки його об'єктивними, але і суб'єктивними значеннями. Індивідуальний підхід – психолого-педагогічний принцип, згідно з яким в освітній роботі з дітьми враховуються індивідуальні особливості кожної дитини та умови життя. Необхідність індивідуального підходу в роботі з дітьми щодо формування емоційного інтелекту обумовлена забезпечує індивідуальну своєрідність у розвитку дітей, дає можливість максимального розвитку компонентів емоційного інтелекту з урахуванням результатів діагностики; без урахування індивідуальних особливостей дитини педагогічний вплив може виявитися неефективним для конкретної дитини.

Індивідуалізація проявляється в постановці індивідуальних завдань, інтересів і переваг дітей, підтримці і допомозі при виконанні конкретного завдання, в наданні дітям права вибору завдань різного змісту (в залежностівід їх можливостей, інтересів і бажань). Особливо потрібно підкреслити, що

індивідуальний підхід можна реалізувати як психолого-педагогічну підтримку дитини в ситуаціях утруднення, які виникають в процесі діяльності.

П’ята умова – розвиток емоційної сфери дитини в ході ігрової діяльності. Структуровані ігри можуть допомогти розвивати емоційний інтелект. Дітям потрібно бачити емоції інших людей і говорити про них. Також потрібно грати, щоб зображати різні емоції і бачити, як інші роблять те ж саме. Емоційна діяльність може допомогти дітям зрозуміти свої почуття і навчитися виражати емоції здоровими способами.

Результати вивчення рівня сформованості емоційного інтелекту дошкільників свідчать про те, що діти дошкільного віку добре розпізнають та відрізняють емоції людини, проте у них недостатньо розвинутий емоційний інтелект у цілому. Це потребує врахування відповідних педагогічних умов та розробки спеціальної програми з розвитку емоційного інтелекту дошкільників.

2.2. Розробка експериментальної моделі розвитку емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності

Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку є результом педагогічних впливів батьків, вихователів, середовища життєдіяльност і дитини, її внутрішньої мотивованості. Цілеспрямоване підвищення емоційного інтелекту дітей лежить в основі зростаючої складності їх соціальних відносин і емоційних переживань, що потрібно враховувати в процесі побудови експериментальної моделі роботи з вихованцями у цьому напрямі. Експериментальна модель з розвитку емоційного інтелекту дошкільників містить мету, завдання, педагогічні умови, зміст, форми, методи роботи, результат (рис. 2.1).

Мета експериментальної роботи з дошкільниками передбачає розвиток емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності.

Завданнями експериментальної роботи визначено:

1. Підвищення рівня обізнаності дошкільників про емоції та культуру їх вираження.

2. Розвивати прагнення до прояву співчуття, емпатії щодо інших.

3. Розвиток уміння розуміти емоції, виражати їх та управляти ними.

Зміст роботи має враховувати тематику групових занять з дошкільниками та програму спеціально розроблених нами занять для розвитку емоційного інтелекту в дітей, а також співпрацю з батьками.

Розглянемо види роботи для навчання дошкільників розуміти емоції інших:

1. Робота з малюнками у дитячих книгах: акцент на міміці обличчя: вираз очей, посмішка; опис стану дитини за поставою, діями.

2. Використання ігрових карток із зображенням емоцій та станів: роздивляючись зображені емоції, варто обговорити з дитиною, що їх спричинило, звернутися до особистого досвіду дітей стосовно того, чи відчували вони такі емоції, обговорити дії, які треба виконати, щоб зарадити таким станам у інших, як смуток, плач, гнівання, переляк та ін.

3. Складання міні-розповідей з дітьми/для дітей: наприклад, «Хлопчик зажурився, його хтось образив. Як ти гадаєш, що сталося?»; «Чого могла злякатися дівчинка?»).

4. Ігри (в колективі дошкільників або вдома з дорослими): сприяють згуртованості, позитивній атмосфері в сім'ї чи групі, формують уміння виражати позитивні емоції: радіти успіху, підтримувати іншого.

Наприклад, можна використати такі ігри:

Гра «Вгадай емоцію» (обладнання: картки або фотографії різних емоцій).

Процедура гри: покласти картки-емоції в центрі столу. Кожен учасник по черзі дістає одну картку і мімікою та жестами показує зображену емоцію іншим гравцям.

Гра «Кривлялки» (обладнання: люстерко, картки або фотографії різних емоцій).

Процедура гри: ознайомити дітей з переліком емоцій. Потім біля дзеркала

з дитиною спробувати відтворити зображені настрої та емоції. Акцентувати увагу дитини на частинах обличчя: положенні брів, виразі очей, кутиках губ тощо.

Гра «Щоденник емоцій». (обладнання: картки-емоції, піктограми-смайлики).

Процедура гри: упродовж дня спостерігати за своїми емоціями, укінці дня, використовуючи картки із зображенням емоцій, проговорити з дітьми їхні настрої, почуття, які вони відчували: «Які з цих емоцій ти сьогодні відчував? Чому? В яких ситуаціях?».

Гра «Намалюй свій настрій» (обладнання: картки з різними кольорами на позначення станів дитини, олівці, фарби).

Процедура гри: використовуючи олівці чи фарби, а також картки на позначення емоцій, намалювати свій настрій.

Ключовим елементом експериментальної моделі вважаємо спеціально розроблену програму занять з дітьми «Ми вміємо перевтілюватися», яка містить 8 занять, кожне з яких спрямоване на розвиток емоційної сфери дитини та культури прояву емоцій, містить відповідні вправи ігрового характеру та ігри. Зміст занять розробленої нами програми подаємо в підрозділі 2.3.

Крім включених до змісту спеціальної програми ігрових завдань та ігор, розвивальний потенціал у формуванні емоційного інтелекту дітей дошкільного віку вбачаємо в рухливих іграх, які з дітьми можливо проводити під час спортивних занять, прогулянки, перерв тощо.

Під час вибору рухливої гри враховують її місце у режимі дня.

До ігор відносяться також різні форми організаційної роботи, пов'язані з розвитком дитини. Тобто ранкова зарядка, фізкультурні хвилинки та фізкультурні паузи, уроки фізкультури, спортивні розваги, свята. Для ранкової зарядки можна вибрати ігри з малою рухливістю. Для фізичної підготовки можна вибрати ігри середньої рухливості (ігри по колу, з римованими текстами). Для спортивних перерв – ігри для малої, середньої та великої рухливості.

На уроках фізичної культури рухливі ігри можна використовувати на початку вступних занять. Це ігри, які включають рухову діяльність для розвитку уваги, організованості та навичок послідовності. Основна частина включатиме ігри з високою рухливістю та максимальним навантаженням на основні рухи, які не були заплановані на уроках. Остання частина — сісти і пограти в гру.

Враховуючи важливість рухливих ігор для всебічного розвитку дітей, перш за все вихователі повинні широко використовувати їх у процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Природно виникає питання, вибрати рухливі ігри для дошкільнят чи ні. Дітей теж приваблюють усілякі ігри. Мова йде про ігри, які сприяють соціальній інтеграції дитини, виховують її як особистість, сприяють розвитку навичок соціальної поведінки, ініціативності та самостійності тощо.

Структура рухливих ігор (ігор з правилами) дозволяє опосередковано керувати поведінкою дітей за допомогою цікавого завдання чи умови гри. Коли хтось із дітей порушує правила, намагаючись швидко й легко виграти, інші діти заперечують, і тоді гра дитини реагує на прохання своїх друзів.

Поступово діти вчаться оцінювати свої дії та вчинки. Діти усвідомлюють зміст дій під час активного спілкування з дорослими та друзями в іграх. Засвоївши критерії поведінки гравців, діти об'єктивно оцінюють дії товаришів і емоційно правильно реагують. Велику роль відіграє колектив і у формуванні вміння дітей об'єктивно оцінювати свої вчинки. Адже особистість дитини формується у її стосунках з групою та іншими дітьми.

Загальна тривалість рухливої гри дошкільнят середньої групи 8 – 10 хв, кількість повторень 3 – 5 раз.

Велике значення рухливих ігор полягає в їх соціальній функції. Це перша рухлива гра, яка вводить в життя дітей жорсткі вимоги до поведінки в їх улюблених заняттях. Ці вимоги полягають у тому, що правила гри повинні дотримуватись у всіх випадках, інакше дитина стане нечесним гравцем і заслуговує на покарання. Це прототип складного дорослого життя, де треба

дотримуватися правил, знати перемоги та поразки. Діти дошкільного віку досягають успіху не відразу, деякі діти прагнуть лише перемогти, слідуючи власному бажанню, не узгоджуючи дії з товаришами по команді. Всі ці нюанси організатор повинен враховувати при проведенні рухливих ігор, здійснюючи індивідуальний підхід. Ігри сприяють вихованню дружби, чесності, дисциплінованості та відповідальності. На вибір рухливих ігор впливають вікові та статеві особливості дітей, фізична підготовленість, кількість дітей та умови гри. Рухливі ігри є соціальними і з поділом на команди. Для гри першого типу часто потрібен ведучий, роль якого можуть виконувати діти. Діти люблять це, і організатор повинен подбати про те, щоб якомога більше гравців спробували свої сили в якості ведучого.

Якщо рухлива гра носить командний характер, то це вимагає поділу дітей на групи, організатор повинен стежити за рівною силою команд, рівномірно розподіляти дитячих аніматорів, які часто створюють конфліктні ситуації під час гри.

Важливою частиною роботи з рухливими іграми є їх пояснення.

Порядок пояснень приблизно такий: назва гри та її короткий опис; ролі дійових осіб та їх вихідні позиції; хід гри та цілі, до яких повинні прагнути гравці; як закінчується гра; розробити правила; пояснити деякі складні та незрозумілі рівні; умовні сигнали та команди для початку та закінчення гри.

Важливо тактовно оцінити навантаження в грі, тому що надмірні емоції в грі спричинять втрату дитиною контролю над станом гри. При появі симптомів втоми (пасивність, порушення точності і здатності контролювати дії, блідість тощо) необхідно зменшити навантаження. Його можна регулювати різними способами: скорочувати тривалість, вводити паузи тощо.

Ви повинні завершити гру вчасно. Затримка може спричинити втрату інтересу та надмірну втому гравців. Щоб уникнути цього, необхідно поважати час, витрачений на гру.

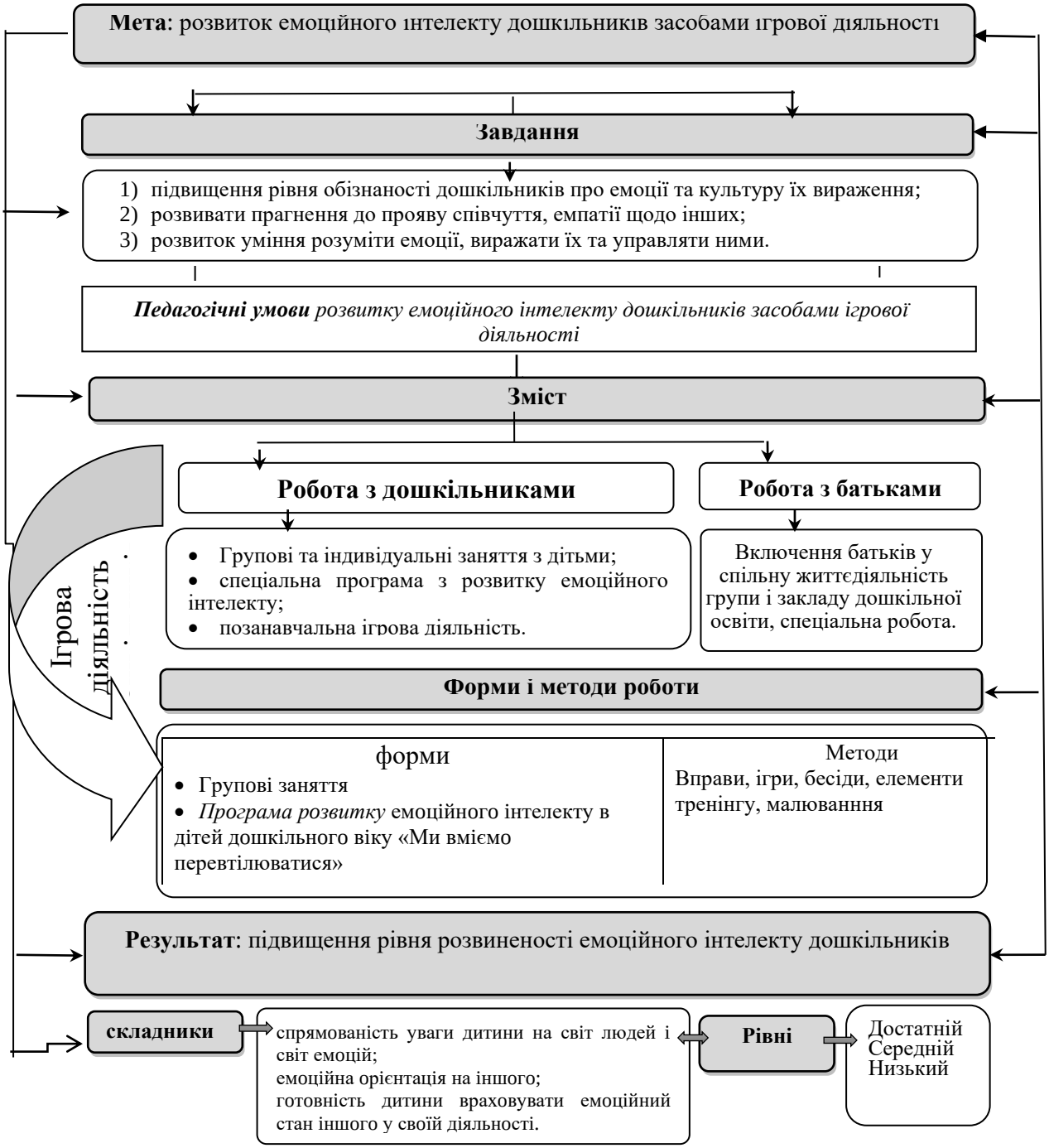


Рисунок 2.1. Експериментальна модель розвитку емоційного інтелекту дошкільників засобами ігрової діяльності

При виборі рухливої гри враховуються певні вимоги:

- гра обирається за навчальним завданням;

- педагоги ознайомлені з програмою дошкільної освіти, в якій наводяться приклади типових ігор і визначаються основні рухи у всій грі;

- чітко визначено, які вміння і навички в цій грі зміцнюються, які фізичні

якості розвиваються, які навчальні цілі досягаються.

При виборі рухливої гри потрібно враховавати рухову підготовленість дітей, їх руховий досвід, інтереси та вподобання. Зміст гри має бути доступним для дітей, відповідати їхнім інтересам і нагадувати цікаві явища навколишнього середовища. Крім того, рухи, які діти виконують у грі, теж потрібно добре засвоїти.

Приступаючи до добору рухливих ігор для роботи з дітьми дошкільного віку, необхідно виходити із знань основних психологічних закономірностей розвитку дитини в різні періоди дитинства, так і врахування індивідуальних особливостей конкретної дитини. Діти в цьому віці ще мають підвищену збудливість, емоційність, достатньо швидку втомлюваність. Тому поряд з розвиваючими, навчаючими іграми необхідно використовувати ігри, які сприяють розслабленню, зняттю напруги.

У процесі проведення рухливих ігор педагог має вчити дошкільників відчувати емоції, настрій інших дітей, проявляти чуйність, емпатію, підтримку, оцінювати і контролювати свій емоційний стан.

2.3. Програма розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку «Ми вміємо перевтілюватися»

Зміст програми розвитку емоційного інтелекту дітей дошкільного віку має враховувати такі аспекти:

- вміння керувати власними емоціями та станами;
- основа самосвідомості та довільності в поведінці дітей;
- формування творчої активності та усвідомлення своєї особистості;
- зменшити агресивну та асоціальну поведінку;
- вдосконалювати лідерські якості та навички міжособистісного спілкування;
- саморегуляція емоційної поведінки в освітньому середовищі.

Мета програми – сформувати систему загальних поглядів на розвиток таких здібностей, як розуміння своїх емоцій і потреб, регуляція емоційних станів, здатність справлятися з труднощами в житті, допомага дітям усвідомити, що між думками, почуттями та поведінкою існує зв'язок, а емоційні проблеми спричинені не лише ситуаціями, а й їх неправильним сприйняттям; розвивати вміння співпрацювати з іншими в групах і командах, уміння розуміти свої та чужі емоції та почуття, виховувати культуру вираження емоцій (радіти не лише власним перемогам, а й досягненням товаришів по команді тощо), розвивати вміння самовираження та особистісного розвитку, а також уміння поважати себе та інших.

Цілі програми:

- розширити та поглибити знання дітей про способи взаємодії з однолітками та дорослими, про загальноприйняті норми поведінки;
- створити атмосферу взаємоповаги та взаєморозуміння в колективі.

Методи і форми роботи з дітьми, які використовуються в програмі, спрямовані на розвиток зазначених умінь і навичок учнів. Зокрема, система курсу включає ігрові методи роботи, аналіз ситуації, художні прийоми, рольові та розвиваючі вправи, вправи на психологічне заспокоєння, роботу в групах та парах. Поєднання запропонованих вправ з відео- та аудіо матеріалами сприяє засвоєнню та закріпленню дітьми змісту відповідної теми уроку. Особлива роль приділяється вправам, які сприяють розвитку комунікативних здібностей, гармонійній взаємодії та безконфліктному спілкуванню.

Програма складається з трьох етапів:

I блок – підготовчий;

II блок – основний;

III блок – заключний.

Під час першого підготовчого етапу відбувається знайомство, встановлюється емоційно-психологічний контакт і заохочуються дослідники до співпраці.

Основний етап включає розвиток у дитини здатності до регуляції емоцій

у поведінці, підвищення впевненості в собі, формування соціально-адаптивних стратегій поведінки у взаємодії та спілкуванні з оточуючими. Корекційно-розвивальний блок, який є основним, включає комплекс корекційно-розвивальних вправ, підібраних відповідно до завдань уроку.

Заключний блок включає зміцнення навичок групової взаємодії та автономності студентів, синтез індивідуальних результатів.

Цільова група програми: діти 6 року життя. Заняття проводяться один раз на тиждень тривалістю 35 хвилин.

Подаємо план проведення занять складеної нами експериментальної програми з розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку (табл. 2.2).

Таблиця 2.2

Навчально-тематичний план програми розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку «Ми вміємо перевтілюватися»

№	Тема	Мета	Хід заняття
1	«Знайомство»	Налагодження позитивного емоційного фону в групі, розвиток уяви, формування у дітей вміння виражати свої емоції та розуміти і розрізняти емоційні стани інших людей	1. Вправа «Познайомимось». 2. Гра «Що я відчуваю сьогодні». 3. Гра «Помінятися місцями за якою-небудь ознакою». 4. Вправа «Прийняття правил групи». 5. Вправа «Острів». 6. Гра-руханка «Ми йдемо». 7. Рефлексія.
2	«У світі емоцій та почуттів»	Знайомство дітей з основними емоціями, розвиток уміння виражати та визначати їх	1. Вправа «Усмішка по колу». 2. Гра «Впізнай емоцію». 3. Вправа «Скульптор та глина». 4. Гра «Ланцюжок почуттів». 4. Рефлексія.
3	«Дитяча агресія»	Розкриття поняття «агресія»; оволодіння навичками саморегуляції та опанування агресивних проявів у поведінці	1. Вправа «Обійми». 2. Казка «Казка про Агресію, Страх і Імпульсивність». 3. Вправа «Сердиті кульки». 4. Вправа-гра «Пять добрих слів». 5. Вправа «Свічка милосердя». 6. Рефлексія.

Продовження таблиці 2.2

4	«Емоції в казках»	Навчати розуміти емоції людини, розвивати міміку, діалогічне й монологічне мовлення	1. Вправа «Вітаємось як…» 2. Гра « Місток дружби». 3. Перегляд відеоролика «Подарована радість» 4. Гра «Вгадай, з якої казки герой». 5. Мімічна гра «Емоційний куб». 6. Вправа «Прощання. Скринька емоцій». 7. Рефлексія.
5	«Емоції у фарбах»	Вчити здобувачів освіти за допомогою пензлика та фарб саморегуляції, вираженню емоцій, встановленню контакту з іншими людьми, досягати стану внутрішнього спокою та вчитися встановлювати контакт з іншими	1. Вправа-гра «Настрій». 2. Гра «Різнокольорова вода». 3. Вправа - техніка «Зірка почуттів» (О. Гаркавець). 4. Вправа «Малюємо емоції». 5. Вправа «Малюнок по колу». 6. Вправа «Букет». 7. Рефлексія.
6	«Музика та емоції»	Навчити здобувачів освіти за допомогою музичних творів розуміти свої почуття, які передає музика, при цьому не потрібно знати мови або бачити рухів музиканта	1. Привітання 2. Вправа «Подаруй свою радість». 3. Гра «Зіграй свій настрій». 4. Вправа «Шарф із чарівними історіями». 5. Вправа «Морське дно». 6. Вправа «Побажання по колу». 7. Рефлексія.
7	«Добро починається з тебе»	Формувати здатність до вираження та опису власнихемоційних станів, вміння імітувати рухи та основні риси тварин за допомогою міміки та пантоміміки,	1. Привітання. 2. Гра «Робот хоче пити». 3. Вправа «Намалюй свій настрій». 4. Вправа «Пункт прокату ідей». 5. Вправа «Нитка, що з’єднує людей». 6. Вправа «Прощання один з одним».

Продовження таблиці 2.2

		розвивати уяву, мислення	7. Рефлексія.
8	«Підбиття підсумків»	Дослідити, наскільки змінилася емоційна сфера дитини, виразити дітьми набутий ними досвід на заняттях, розповісти про отримані знання про емоції.	1. Вправа «Мій настрій». 2. Вправа «Я». 3. Вправа «Портрет напам’ять». 4. Гра «Карусель». 5. Вправа «Найщиріше побажання». 6. Гра «Усмішка по колу». 4. Рефлексія.

Опишемо систему занять з дошкільниками з розвитку в них емоційного інтелекту.

Заняття 1

Тема «Знайомство»

Мета: навчити дітей працювати в умовах тренінгу, вироблення і прийняття правил роботи у групі.

1. Знайомство (5 хв.)

Мета: знайомство і саморозкриття дітей, формувати позитивний емоційний контекст у групі, розвивати уяву, формувати вміння виражати емоції, розуміти та розрізняти емоційні стани інших.

На першому етапі відбувається знайомство. Кожен учасник групи називає своє ім'я. Наступний — спочатку це ім'я, а потім своє. Третій називає два попередніх, а відтак своє. Четвертий і решта учасників називають три попередніх імені і своє.

Вправа «Що я відчуваю сьогодні» (5 хв.)

Мета: прийняття власних почуттів та емоцій.

Хід проведення: Суть гри в тому, що кожна дитина вибирає свої емоції на день. «Сьогодні я почувався щасливим (сумним, цікавим, злим…), коли…».

Гра «Помінятися місцями за якою-небудь ознакою» (6 хв.)

Мета: активізує енергію дітей.

Хід проведення: Всі сидять на своїх місцях, той, що водить стоїть, його стілець відставляється. Той, що водить говорить: «Міняються місцями ті, у кого... (наприклад, в одязі є синій колір)», ті учасники, у кого є названа ознака, швидко міняються місцями один з одним, той, що водить прагне зайняти одне з місць, що звільнилися. Що залишився без стільця стає таким, що водить. Гра припиняється, коли ознаки починають повторюватися.

Вправа «Прийняття правил групи» (6 хв.)

Мета: вивчити основні правила групи, сприяючи організації ефективного простору для особистісного розвитку дітей.

Розглядаються такі основні правила:

1. Спілкування ґрунтується на довірі.

2. Спілкування відбувається за принципом «тут і зараз».

3. Пряма оцінка особи не допускається. Обговорюючи те, що відбувається, ми оцінюємо не учасників, а лише їхні дії та поведінку.

4. Беріть активну участь у тому, що відбувається.

5. Поважайте мовця. Коли товариш говорить, ми його уважно слухаємо, даючи йому можливість сказати те, що він хоче.

Вправа «Острів» (6 хв.)

Мета: усвідомлення цінностей.

Хід проведення: На дошці вихователь малює шість островів з написами: «дружба», «любов», «здоров'я», «родина», «слава», «багатство». Діти пишуть свої імена на клейких папірцях і «оселяються» на певному острові, пояснюючи свій вибір.

Гра–руханка «Ми йдемо»(5 хв.)

Мета: дати можливість дітям відчути свій настрій.

Хід проведення: Діти стоять в колі. Всі разом повторюють слова і починають йти по колу:

Ми йдемо шукати друга (3 рази).

Говорячи наступні рядки, зупиняються і повертаються лицем до сусіда праворуч:

Зупинились, подивились.

І далі виконують команди:

«Долоньки — до долоньок».

Продовжують рух в іншу сторону, промовляючи слова і виконуючи команди.

Ми йдемо шукати друга (3 рази).

Зупинились, подивились.

«Долоньки — до долоньок».

«П’ятки — до п’ятки».

Продовжують рух і виконують нові команди:

«Плече — до плеча».

«Вушко — до вушка».

«П’ятки – до п’ятки».

Рефлексія:

Чи відкрили ви для себе щось нове?

Що дізналися про себе?

Що вас здивувало чи зацікавило?

Що нового ви дізналися на занятті?

Чи виникли у вас враження чи думки?

Підбиття підсумків заняття (2 хв.)

Заняття 2

Тема: «У світі емоцій та почуттів».

Мета: розвивати вміння правильно виражати емоції та відчуття за допомогою міміки, активізувати позитивний емоційний стан дитини, розпізнавати індивідуальність, формувати моральні та вольові риси характеру, дрібну моторику, увагу, уяву, пам'ять та мислення, сприйняття, спілкування, партнерство.

Привітання. Вправа «Усмішка по колу» (5 хв.)

Мета: налаштувати дітей на роботу в групі.

Хід проведення: Діти, що стоять у колі, дивляться один на одного і

посміхаються, потім обіймають своїх друзів зліва і справа. Ви можете розпочати заняття, коли цей вогник добра засвітить дитячі обличчя.

Гра «Впізнай емоцію» (10 хв.).

Мета: визначити різні емоційні стани дітей.

Хід проведення:

1. Двоє учасників запрошуються в центр кола. Їм дається однаковий схематичний малюнок людського обличчя і вони сідають у крісла спинами один до одного. Педагог сидить так, щоб всі бачили картинки. Перший учасник називає назву кожної емоції та показує її графічне зображення на малюнку для вчителя, але не для інших учасників. Другий учасник має знайти цю емоцію на своєму малюнку та показати вчителю її схематичне зображення. Усі відповіді педагог заносить у таблицю. Відгадавши емоцію, учасники міняються ролями. Вправи проводяться за участю інших учасників. Потім кожен підраховує кількість збігів, щоб визначити емоції та вирішити, яка пара досягла найкращого результату.

2. Вихователь пропонує учасників розглянути картинку, на якій схематично зображено 12 облич, і вгадати емоцію на кожній картинці. Учасники записують свої відповіді, які потім порівнюють із правильною відповіддю (синоніми цих визначень вважаються правильними).

Вправа «Скульптор та глина» (7 хв.)

Мета: створити довірливі відносини між дітьми.

Хід проведення: Діти утворюють пари: один – «пластилин», а інший – «скульптор». Завдання: скульптор повинен «виліпити» емоцію, щоб інші діти змогли її відгадати. Коли емоція відгадується, то гуртом з’ясовується її позитивний або негативний вплив. Діти можуть зробитит висновки, що людина, керуючи своїми емоціями, може уникати негативних наслідків.

Вправа «Ланцюжок почуттів» (10 хв.)

Мета: розуміння дітей того, що зовнішнім проявом емоції є поведінка, вираз обличчя, або міміка, слова, жести, вигуки. Під впливом емоцій у людини змінюється погляд, голос тощо.

Хід проведення: Учасники витягують запропоновані педагогом картки, деякі картки мають синій емодзі, а інші – жовтий. Формуються дві команди (в залежності від кольору емодзі на отриманій картці). Учасники команд утворюють два ланцюги і шикуються один за одним. Перший учасник у кожній команді отримує від педагога картку із зображенням певної емоції. Його мета - мімікою і жестами передати цю емоцію учасникам, які стоять за ним. Він передає це почуття наступній людині. Останній учасник називає зрозумілу їм емоцію і порівнює її із завданням на картці.

Вправа «Прощання» (2 хв.)

Хід проведення: Діти по черзі повертаються до сусудів праворуч і з посмішкою промовляють: «Дякую, мені дуже сподобалося з тобою працювати, тому що…», а потім усі разом промовляють: «Усього найкращого нам!».

Підбиття підсумків заняття (1 хв.)

Заняття 3

Тема: «Дитяча агресія»

Мета: розкриття поняття «агресія»; оволодіння навичками саморегуляції та опанування агресивних проявів у поведінці.

Привітання. Вправа «Обійми» (5 хв.)

Мета: налаштувати здобувачів освіти на роботу в групі.

Хід проведення: Діти, що стоять у колі, дивляться один на одного і посміхаються, потім обіймають своїх друзів зліва і справа. Ви можете розпочати заняття, коли цей вогник добра засвітить дитячі обличчя.

Прочитання казки «Казка про Агресію, Страх і Імпульсивність» (15 хв.)

Жили–були жителі Чарівного лісу і їх Господиня Гармонія. Вони були дуже доброю та дружньою сім'єю. Але одного разу дивні діти прилетіли до них на повітряній кулі. Вони були дуже злі, образливі та грубі. Все навкруги руйнували. Їх називали Агресія, Страх та Імпульсивність. Вони вирішили жити у великому і красивому дереві, яке дивом мало три порожнини, яке стало їхнім домом. У них не було ні батька, ні матері, вони були дуже самотні. Брати і сестри могли годинами гуляти не роздумуючи. Агресивність була старшою

сестрою, завжди хотіла бути кращою в усьому і вигадувала різні ігри, здебільшого руйнівні. Страх була сором'язлива й нерішуча, усього лякалася, і часто спостерігала, як її брат і сестра гралися в хованки, а потім наздоганялки. Агресія знущалася над сестрою і називала її боягузкою. Брат Імпульсивність підтакував сестрі, говорив надмірним тоном і постійно штовхався. Всі в лісі знали про цю дивну трійку і уникали цих дітей. Основними проблемами Агресії, Страху та Імпульсивності були невміння дружити та спілкуватися з іншими мешканцями. Проте Гармонія почувши скаргу від мешканців повідомила, що в нашому лісі місця вистачить усім, у тому числі й таким дітям.

І одного разу, ясного сонячного дня, коли ніщо не віщувало жодної проблеми, Агресія, Імпульсивність і Страх бавилися на галявині, і не помітили як підійшли до глибокої ями, де росла дуже висока трава. Коли вони впали у яму, в глибині душі, вони були настільки налякані, що почали лаятися, кричати і звинувачувати один одного в усьому. Але друзів у них не було, тому їх ніхто не кинувся шукати.

Вони пробули в цій ямі всю ніч. А вранці, коли зійшло сонце, Гармонія проходивши повз яму, почула чийсь плач і стогін. Зазирнула в отвір і побачила Агресію, Страх і Імпульсивність. Господиня привіталася і запитала: «Любі діти, як ви туди потрапили?» Агресія відповіла: «Ти, тітка, а ну швидко нас дістала! Господиня лісу називається! Повиривали всюди ями і нам жителям ніде гратися». Гармонія спокійно подивилася на Агресію, Страх, і Імпульсивість, допомогла їм вибратися з ями і сказала: «Зараз я зберу наших жителів і ми будемо вирішувати як вам допомогти». Вона покликала Любов, Доброту, Справедливість, Сміливість, Спокій, Співчуття і Мудрість. І запитала Гармонія в найстаршої і найшанованої жительки Мудрості: «Що нам робити з цими невдячними дітьми?» Мудрість задумалася і відповіла: «Цих дітей потрібно навчити любити, сподіватися і вірити. Вони залишилися без мами і тата і не знають, що це таке. Нехай під свою опіку Агресію візьмуть Любов і Справедливість, Страх візьмуть Доброта і Сміливість, а Імпульсивність візьмуть Спокій і Співчуття. А ти Господиня наглядатимеш за ними з боку.

І стала жити Агресія з Любов'ю і Справедливістю. Вона навчилася любити і бути справедливою, їй це дуже сподобалося. Через деякий час Агресія зрозуміла, що стала змінюватися і перетворилася вона в Наполегливість.

Страх дуже боялася йти до своїх опікунів, але Доброта та Сміливість проявили ніжність і Страх заспокоїлася. Через деякий час зрозуміла, що це їй теж подобається і перетворилася в Турботу.

Імпульсивність – то хотів, то не хотів йти до Спокою і Співчуття, але потім вирішив все ж проекспериментувати і пішов жити до них. Через деякий час він зрозумів, що також змінюється і перетворився в Стимул.

Гармонія була дуже счастлива, що в родині жителів Чарівного лісу стало на три нових жителя більше.

І вони всі зажили ще дружніше і веселіше.

Рефлексія:

Чи відкрили ви для себе щось нове?

Що ви дізналися про себе?

Що вас здивувало чи зацікавило?

Які враження та ідеї у вас виникли під час заняття?

Вправа “Сердиті кульки”(5 хв.)

Мета: розвиток самоконтролю.

Хід проведення: Вихователь видає дітям по дві повітряні кульки. На занятті діти надувають і зав'язують їх. Кулька символізує тіло, а повітря в ній – роздратування та злість.

Рефлексія:

Чи може зараз повітря входити або виходити з кульки?

Що відбувається, коли людину переповнюють емоції?

Чи може людина, яка дуже розлючена, зупинитися і обдумати все?

Відповівши на запитання, діти стискають кульку так сильно, щоб вона лопнула.

Чи безпечний цей спосіб вираження гніву?

Що б сталося з кулькою, якби вона була людиною?

Діти надувають ще одну кульку і випускають трохи повітря з неї. Знову різко стискають.

Кулька зменшилася чи вибухнула?

Цей спосіб вираження гніву вважається безпечним?

Ось як ми керуємо своїми відчуттями. Давайте здувати кульку повільно, доки не випустимо все повітря.

Вправа “П'ять добрих слів” (5 хв.)

Мета: створити позитивну атмосферу групової взаємодії.

Хід проведення: Кожен учасник обводить свою руку на аркуші паперу і пише своє ім’я на шаблоні долоні. Далі потрібно передати аркуш сусідові справа, який на одному пальчику має записати побажання власнику малюнка. Потім аркуш передається іншому учаснику, поки не будуть написані п’ять бажань. Аркуш повертається власнику. Вихователь збирає папірці та зачитує якості, а учасники мають відгадати його.

Вправа “Свічка милосердя” (4 хв.)

Мета: аналізуємо враження дітей від проведеного заняття.

Хід проведення: Вмикаємо електричну свічку і передаємо її, висловлюючи свої враження від заняття та бажаючи один одному чогось гарного, приємного.

Підбиття підсумків заняття (1 хв.)

Заняття 4

Тема: «Емоції в казках».

Мета: вчити дітей емоційно відтворювати вітальні інтонації, передавати емоційний стан літературних героїв за допомогою інтонаційної виразності, імпровізації мімікою та виразними рухами, вчити дітей вимовляти речення з різною інтенсивністю голосу, збагачувати та активізувати словниковий запас дитини, закріплювати правильну вимову звуків, уміння розпізнавати зображені емоції, заохочуємо до активної участі у виставі.

Вправа «Вітаємось як...» (5 хв.)

Мета: налаштувати дітей на роботу в групі.

Хід проведення: Вихователь збирає дітей навколо з різними іграшками і пропонує обрати будь-яку і голосом своєї іграшки привітатись з усіма, допомагаючи кожній дитині підібрати потрібні слова, інтонацію і виразність для характеристики обраного персонажу.

Гра «Місток дружби» (5 хв.)

Хід проведення: Вихователь пропонує дітям об’єднатися у пари, придумати і показати який-небудь місток (за допомогою ніг, долоньок, тулуба). Якщо немає бажаючих, вихователь може об’єднатися з кимось із дітей і показати, як можна зобразити міст (наприклад, стикнувшись головами або ногами). Потім він запитує, хто з дітей хотів би "побудувати" місток втрьох, вчотирьох і т. д. до тих пір, поки знаходитимуться бажаючі. Закінчується вправа тим, що всі діти беруться за руки, роблять коло і піднімають руки вгору, зображуючи "Міст дружби".

Перегляд відеоролика «Подарована радість» (7 хв.)

Хід проведення: Вихователь демонструє дітям відеоролик.

https://www.youtube.com/watch?v=-aqN4PuKzdo

Рефлексія

Що нового ви відкрили для себе?

Що ви з'ясували для себе?

Що вас здивувало або зацікавило?

Які думки виникали у вас під час заняття?

Гра «Угадай, з якої казки герой» (8 хв.)

Хід проведення: Діти мають визначити, якому персонажу і якій казці належить слово, яке вимовляє вихователь із відповідною інтонацією. Далі пропонується відповісти на такі питання: «Головний герой говорить сумно чи радісно?, «Швидко чи повільно?», «Тихо чи голосно?».

Ускладнення:

1.Слова персонажа вихователь супроводжує характерними виразними рухами.

2. Дітям пропонується самим придумати подібні загадки.

3.Розігрується діалог з літературним героєм. Дітям пропонується поспілкуватися з відомими казковими героями. Вихователь дає дитині ляльку, а собі бере іншу ляльку. Потім веде діалог і залучає в нього дитину таким чином, щоб інтонація виражала відповідь на головну емоцію. Приклад: символізуючи бабусю, вихователь звертається до дитини, яка представляє внучку: «Онучку, чому ти така сумна? Хочеш погуляти з друзями?". Відповідає дитина. Вихователь: «Не сумуй, посміхнись. Веселу пісню заспівай, вірш прочитай, бабусю розсміши". Дитина виконує прохання.

Мімічна гра « Емоційний куб» (5 хв.)

Хід проведення: На кубі зображені емоції. Запропонувати дітям показати емоції: спокійний, радісний, здивований, злий, сумний, задумливий.

Рефлексія

Яка найбільше вам до вподоби?

Посміхніться один одному, потисніть дружньо один одному долоні, обіймімось один з одним. Будемо завжди дружити і любити один одного!

Вправа «Прощання. Скринька емоцій» (4 хв.)

Хід проведення: Вихователь пропонує створити в уяві свою скриньку щастя. «Складіть» у неї все, що асоціюється у вас з щастям візуально, на слух, смак, нюх і дотик. А потім створіть таку ж коробку разом із усіма учасниками, детально обговорюючи з ними їхні емоції.

Наприклад:

Зір: посмішка батька.

Слух: шум морських хвиль.

Смак: улюблене морозиво.

Нюх: запах лісу.

Дотик: обійми мами.

Підбиття підсумків заняття (1 хв.)

Заняття 5

Тема: «Емоції у фарбах».

Мета: вчити дітей за допомогою пензлика та фарб саморегуляції,

вираженню емоцій, встановленню контакту з іншими людьми, досягати стану внутрішнього спокою.

Вправа - гра «Настрій» (5 хв.)

Мета: налаштувати дітей на роботу в групі.

Хід проведення: Діти стоять в колі. Вихователь кидає м'яч одному з дітей і називає будь-який настрій або емоцію. Дитина повертає м'яч і називає синонім. Наприклад:

Позитивний - негативний

Радісний - сумний

Злий - добрий

Щасливий – нещастний

Крижаний - спекотний

Гра «Різнокольорова вода» (5 хв.)

Мета: зрозуміти емоції та настрій дітей.

Хід проведення: Дітям пропонується розфарбувати воду в різні кольори за допомогою фарб. Також можна запитати у дітей як зробити «злу воду», «добру», «веселу». Можна розфарбовувати воду в різні настрої, також навчити дітей, як отримувати різні відтінки одного кольору і як через це змінюється «настрій» води. Наприклад, чорна вода була «сердитою», а сіра стала вже «задумливою».

Вправа - техніка «Зірка почуттів» (О. Гаркавець) (7 хв.)

Мета: розвиток емоційного інтелекту і сенситивності методом кольоро - терапії, підвищення рівня творчої активності особистості.

Матеріали: олівці, аркуші А-4.

Хід виконання: Запропонуйте дітям зробити коло на аркуші паперу. Потім поділити його на 8 частин, утворюючи зірку. В одній частині треба написати почуття, яке діти часто відчувають, напроти треба написати протилежне почуття. Повинно вийти 4 пари почуттів. Потім можна размалювати олівцями ці частини кола.

Рефлексія:

Назвіть почуття, які ви намалювали.

А тепер розгляньте кольори, якими позначили свої почуття.

Чому ви обрали саме ці кольори?

Куди хочеться дивитися у своїй зірці, а куди не хочеться?

Вправа «Малюємо емоції» (7 хв.)

Мета: виявлення емоційного фону, актуалізованих емоцій, почуттів, переживань; емоційна розрядка; сприяння розвитку рефлексії, прояву справжніх почуттів.

Матеріали: аркуші білого паперу різного формату, прості олівці, пензлі, акварель, піали з водою.

Хід виконання: Діти повинні пригадати, які емоції вони відчувають в закладі дошкільної освіти. З цих емоцій треба обрати найбільш сильне почуття, переживання, яке викликає емоційну реакцію в цей момент. Вихователь пропонує дітям намалювати цю емоцію на папері простим олівцем, потім згорнути папір, змочити на деякий час у воді, розгладити і розкласти на столі, а потім вже розмалювати малюнок. Діти розміщують свої малюнки в просторі групової кімнати, сідають в коло. Кожен, за бажанням, показує свій малюнок, повідомляє його назву, розповідає історію.

Рекомендації: Зображуючи емоції та відчуття, важливо заохочувати учасників створювати спонтанні образи та уникати дій і фіксованих образів, якщо це можливо.

Вправа «Малюнок по колу» (5 хв.)

Хід проведення: Кожна група отримує одном аркуш паперу (А4); перший учасник малює на аркуші невигадливу картинку або просто кольорові плями і передає естафету наступному учаснику, який продовжує малюнок. По завершенню кожен малюнок повертається до першого гравця.

Після вправи обговорюється початкова ідея, попросіть учасників обговорити свої почуття. Колективні малюнки можна приклеїти до стіни: створюючи своєрідну виставку, яка буде нагадуватиме групі про спільну роботу в «чужому просторі».

Ця вправа може виявити сильні протиріччя всередині групи та породити агресивні почуття та образу. Тому вихователі повинні попередити учасників, щоб вони були уважні до роботи один одного.

Вправа “Букет” (5 хв.)

Мета: закріплення позитивних емоцій; сприяння усвідомленню сили єдності і дружби.

Хід проведення: Дітям пропонується взяти у руки квітку, яка лежить на столі. Кожну квіточку легко зламати і викинути, а якщо їх зібрати всі разом і спробувати зламати, то нікому це не вдасться. Так і в житті. Кожного з нас окремо легко скривдити, образити, а якщо ми будемо разом в групі, то зможемо подолати ворогів в усі негаразди. Діти віддаючи квіточки вихователю, висловлюють свої враження від заняття та побажання іншим.

Підбиття підсумків заняття (1 хв.)

Заняття 6

Тема: «Музика та емоції ».

Мета: навчити дітей за допомогою музичних творів розуміти свої почуття, які передає музика, при цьому не потрібно знати мови або бачити рухів музиканта. Тому для дитини це простий і дієвий спосіб ще ближче познайомитися зі світом емоцій.

Вправа «Привітання» (5 хв.)

Хід проведення: Вихователь пропонує кожній дитині назвати у своє ім’я, апісля цього назвати свій нинішній настрій, самопочуття.

При цьому, слова учасників мають супроводжуватися дивними рухами тримаючи якийсь дрібний предмет (це може бути іграшка, олівець, будь-що, що запропонує педагог). Вихователь віддає цей предмет дитині, яка починає вправу. Всі рухаються по колу. Після того, як предмет пройшов коло, вихователь може подякувати кожному за активну участь у вправі.

Вправа «Подаруй свою радість» (5 хв.)

Мета: створити позитивний емоційний фон та довіру в групі.

Матеріали: музичний центр та диск із музикою Людвіга ван Бетховена

«Соната № 14».

https://www.youtube.com/watch?v=eI9rMwtnxKo

Хід проведення: Під музику вихователь пропонує всім дітям заплющити очі та пригадати найпрекрасніші моменти свого життя. Потім розплющити очі, усміхнутися та назвати свого сусіда на ім'я і подарувати йому цю радість. Починати вислів краще зі слів «Я хочу, щоб ти був таким же щасливим як я, тому дарую тобі...».

Гра «Зіграй свій настрій» (5 хв.)

Мета: навчити дітей озвучувати вірші, грати в ансамблі, а ще — імпровізувати власні невеличкі п'єси, утілюючи в них свій настрій та звукові уявлення.

Хід проведення: Вихователь пропонує дітям заграти на шумових інструментах та відтворити свій настрій.

Вправа «Шарф із чарівними історіями» (5 хв.)

Хід проведення: Ця вправа призначена насамперед для дітей із вираженою гіперактивністю та синдромом дефіциту уваги. З такими дітьми потрібна індивідуальна робота, навчання спокою і концентрації. Для виконання вправи вихователь вмикає музику, рухає над дитиною великий яскравий шарф і розповідає фантастичну історію (наприклад, про дітей, які будуть виконувати цю вправу). При цьому вихователь дає вказівку дитині довільно рухатися, коли шарф «злітає» вгору або колихається з боку в бік, і зупинятися, коли шарф опускається.

Під час виконання вправи вихователю слід синхронізувати рухливі та спокійні рухи шарфа, у музиці та в історії. Правильно підібрана музика за інтенсивністю звучання і ритмом допоможе дитині керувати рухами, посилить враження від рухів шарфа і слів вихователя.

При виконанні цієї вправи можна використовувати музику Шопена.

Вправа для розслаблення «Морське дно» (8 хв.)

Обладнання: Музичний матеріал для вправи — відеозапис п'єси «Місячне сяйво» Клода Дебюссі (Claude Debussy).

https://www.youtube.com/watch?v=imJAbY82tjc

Хід проведення: Діти випадковим чином розподіляються по груповій кімнаті. Вихователь читає текст і узгоджує його з музичними рухами: «Діти, зараз ми зануримося в морську глибину. Але спочатку перевіримо, чи працює наш підводний дихальний апарат: зробіть спокійний та тихий вдих, а тепер видих. З дихальним апаратом все добре, тож почнемо занурюватися!

Вдихніть глибоко і спокійно, а на видиху опустіться на морське дно. Навколо вас лише кристально чиста блакитна вода. І тепер ви можете відчути себе океанською хвилею, яка м'яко колишеться під музику. Різнобарвні морські істоти плавають навколо вас - відчуйте їх присутність і придивіться.

Течія раптом змінилася! Всі хвилі почали рухатися, мандруючи глибинами океану і зустрічаючи нових морських істот. І ось настала ніч. У повній темряві виблискувала морська вода – це були мікроскопічні водорості та дивовижні медузи. Хвилі поступово заспокоюються і опускаються на дно.».

Після виконання вправи попросіть дітей намалювати малюнки, які виникли в їхній уяві під ту саму музику. Після цього вихователь повинен проаналізувати дитячі малюнки (колір, насиченість, тиск олівцем тощо).

Таким чином можна виявити приховану емоційну напругу, фрустрацію та агресію у дітей та провести цілеспрямовані дії щодо їх усунення, наприклад під час музичної терапії.

Вправа "Побажання по колу" (5 хв.)

Хід проведення: Діти стоять у колі. Кожен отримує повітряну кулю, надуває і зав'язує її. Маркером на своїх кулях діти малюють побажання і вручають свою кульку-подарунок кому захочуть із присутніх.

Підбиття підсумків заняття (2 хв.)

Заняття 7

Тема: «Добро починається з тебе»

Мета: допомогти дітям глибше засвоїти моральне поняття доброти, виробити інструкцію неагресивних способів поведінки.

Вправа «Привітання» (5 хв.)

Мета: створити позитивний емоційний настрій.

Хід проведення: Дітям по черзі, передаючи іграшку, потрібно сказати своє ім'я і назвати добру справу, яку вони зробили нещодавно. (Наприклад: Я – Оленка, допомогла старенькому дідусю; Я – Михайло, нагодував котика з вулиці).

Гра «Робот хоче пити» (5 хв.)

Мета: навчити дітей довіряти один одному.

Хід проведення: Група ділиться на пари. Один із них — «робот», який хоче випити, але не знає, як це зробити, бо не запрограмований на це. Друга особа — інструктор, завдання якого — запрограмувати дію «робота» за допомогою чітко визначеного набору процесів. Приклад: «Встаньте, поставте праву ногу вперед, поставте ліву ногу вперед, витягніть руки перед собою, трохи поверніться ліворуч і нахиліться вперед». «Робот» реагує і виконує тільки команди інструктора. Потім гравці міняються місцями.

Рефлексія:

Що було важче бути роботом чи інструктором?

Було вам важко виконувати вказівки інструктора?

Що сподобалося більше програмувати чи виконувати?

Вправа «Намалюй свій настрій» (5 хв.)

Мета: навчити дітей відображати свій настрій на папері.

Хід проведення: Запропонуйте дітям намалювати свій настрій. Потрібно творчо підійти до завдання і підібрати той колір, який дозволить дитині найбільш точно висловити свої емоції. Далі кожен представляє свій малюнок і група його аналізує.

Вправа «Пункт прокату ідей» (7 хв.)

Мета: розвиток особистісної рефлексії.

Хід вправи: Попросіть дітей пригадати ситуацію, в якій вони поводилися агресивно, але не могли уявити іншої поведінки. Тепер вони мають можливість запозичити чужу ідею для вирішення цієї проблеми. Діти, які хочуть прийняти ідею, розповідають про ситуацію та вислуховують пропозиції інших учасників

групи.

Рефлексія:

Які почуття виникають під час такого запобігання конфліктам?

Чи винагороджуєте ви себе за гідний вихід із конфліктної ситуації та тренування нових навичок поведінки?

Вправа «Нитка, що з'єднує людей» (6 хв.)

Мета: навчитися висловлювати щирі, приємні, ніжні слова подяки один одному.

Хід проведення: Діти, що сидять у колі, передають один одному клубок пряжі і додають до нього висловлювання, яке починається з «Я вдячний тобі за те...». Коли клубок повертається до того, хто розпочав вправу, діти повинні потягнути за мотузку, заплющити очі й увійти в стан підвищеного усвідомлення себе, інших і навколишнього світу.

Рефлексія:

Як ви вважаєте, чи змогли б ви кожному з дітей висловити вдячність?

Чи було приємно, коли вам висловлювали щирі слова?

Вправа «Прощання один з одним»(5 хв.)

Інструкція: «Закрийте очі та торкніться рук один одного. Уявіть, що зараз відчувають люди, які тримають вас за руку. Ми щиро цінуємо роботу, яку кожен виконав, тому подякуйте кожному подумки. Подумайте про те, що б ви хотіли сказати, але не сказали групі. Через кілька хвилин ви повинні відкрити очі і сказати про те, що ви думаєте».

Підбиття підсумків заняття (2 хв.)

Заняття 8

Тема: «Підбиття підсумків»

Мета: закріплення досвіду, отриманого на заняттях.

Вправа «Мій настрій» (5 хв.)

Мета: створення позитивного емоційного фону, зняття напруги.

Хід проведення: Вихователь каже: «Сьогодні останнє заняття, тому я хочу, щоб ви поговорили про свій настрій і про те, як він змінювався під час

роботи в групі.

Вправа «Я» (5 хв.)

Мета: дати можливість дітям відстежити зміни, які відбулися з ними в процесі функціонування групи.

Хід проведення: Вихователь просить дітей заплющити очі і згадайте перше заняття, як вони діяли і що відчували. Згадали? А тепер давайте подумаємо про те, ким ми є зараз. Змінилися ви чи ні?

Всі діти малюють на одному ватмані малюнок себе на першому занятті (загальне малювання). А на другому ватмані - які вони зараз. Діти стають в коло і пояснюють, що вони намалювали.

Рефлексія:

Чи змінилися ви?

Які саме зміни ви відчули?

Що ви відчуваєте зараз?

Вправа «Портрет на пам'ять» (5 хв.)

Мета: формувати позитивну оцінку себе і оточення.

Хід проведення: Кожен пише своє ім'я на аркуші паперу. Аркуш потрібно передавати за годинниковою стрілкою. Отримавши аркуш паперу з написаним іменем людини, кожна дитина записує емоцію, яка характеризує власника цього аркуша. Наприкінці вправи кожен отримує свій аркуш з думками про себе.

Гра «Карусель» (5 хв.)

Мета: підбити підсумки занять та отримати зворотний зв'язок від групи.

Хід проведення: Діти стають у коло одне за одним, кладучи руки на плечі один одному. Всі маленькими кроками рухаються праворуч, допоки хтось не скаже «Стоп!». Ця людина має висловити свої враження від занять та присутніх; проговорити те, що схвилювало; висловити свої побажання.

Потім група маленькими кроками йде в протилежний бік, поки знову хтось не скаже «Стоп!» і не висловить своє судження. Таким чином «карусель» рухається вправо, вліво, поки не висловляться всі присутні.

Підбиття підсумків (5 хв.)

Мета: закріпити сформовані навички, дати можливість кожному учаснику висловити свою думку.

Хід проведення: Запитання для обговорення:

Що нового ви дізналися на занятті?

Які емоції у вас виникли під час цього заняття?

Як ви думаєте, як ці знання можна використати в майбутньому?

Вправа «Найщиріше побажання» (5 хв.)

Мета: закріплення мімічних проявів в учасників, створення позитивного емоційного фону, закріплення дружніх стосунків між учасниками.

Хід проведення: Вихователь пропонує дітям побажати щось один одному. Проте дітям потрібно висловлювати свої бажання не словами, а за допомогою жестів, міміки та рухів.

Гра «Усмішка по колу» (5 хв.)

Мета: закріпити позитивний настрій учасників.

Хід проведення: Діти беруться за руки і стають у коло. Кожна дитина повертається до свого сусіда праворуч і посміхається, бажаючи чогось доброго і веселого.

Пропонована система занять з дошкільниками з розвитку в них емоційного інтелекту враховує принцип вікового розвитку дітей дошкільного віку, зміст занять (ігрові вправи та завдання) підпорядкований меті експериментальної роботи і спрямований на отримання відповідного результату – підвищення рівня сформованості емоційного інтелекту дошкільників.

Отже, вивчення рівнів сформованості емоційного інтелекту дітей дошкільного віку відбувалося на основі методик, спрямованих на з’ясування таких складників: спрямованість уваги дитини на світ людей і світ емоцій; емоційна орієнтація на іншого; готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у своїй діяльності. Результати вивчення показали переважання у вихованців середнього рівня розвиненості емоційного інтелекту та засвідчили необхідність спеціально організованого педагогічного впливу з метою формування у дошкільників здатності співчувати іншому, проявляти позитивне

емоційне ставлення, уважність, чуйність до інших.

Відповідно було розроблено експериментальну модель з розвитку емоційного інтелекту дошкільників, яка містить мету, завдання, педагогічні умови, зміст, форми, методи роботи, результат. Описано види роботи для навчання дошкільників розуміти емоції інших: робота з малюнками у дитячих книгах, використання ігрових карток із зображенням емоцій та станів, складання міні-розповідей з дітьми/для дітей, ігри.

З'ясовано потенціал рухової гри в розвитку емоційного інтелекту дошкільників. Зазначено, що рухливі ігри сприяють корекції і активізації пізнавальних процесів комунікативної функції дітей; активізації творчих проявів; вилученню чинників тривожності із освітнього середовища; стимуляції рухових функцій; розвитку та корекції сенсорних процесів і сенсорних здібностей; розвитку інтелектуальних здібностей та уяви; розвитку вербальнх невербальних комунікативних навичок тощо; підпорядковують свою поведінку системі правил.

Вибір типу рухливих ігор для роботи з формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку потребує ретельного підходу з урахуванням вікових, особистісних та соціальних характеристик дитячого колективу або особистісних характеристик конкретної дитини.

ВИСНОВКИ

Узагальнення результатів дослідницької роботи дає підстави для таких висновків.

1. Проблема вивчення та розвитку емоційного інтелекту є актуальною і відображена в роботах вітчизняних і закордонних дослідників. Загалом розглядаються теоретичні засади проблеми розвитку емоційного інтелекту, особливості його формування і розвитку в дошкільному віковому періоді, обґрунтовується роль емоцій у навчанні та життєдіяльності дошкільника; розглядаються умови формування умінь управляти емоційним станом та ін.

Емоційний інтелект представляє складне інтегративне утворення, що включає сукупність когнітивних, поведінкових і емоційних якостей, завдяки яким відбувається усвідомлення, розуміння і регуляція своїх емоцій і емоцій оточуючих, що впливають на особистісний розвиток і міжособистісну взаємодію, тому розвиток емоційного інтелекту, в основному, включає роботу над цими компонентами. Рівень розвитку емоційного інтелекту і його особливості залежать від наступних факторів: когнітивні здібності, уявлення про емоції, особливості емоційного реагування.

На основі аналізу наукових джерел визначено поняття емоційного інтелекту як здатності дошкільника розуміти власні почуття та емоції, знати ознаки прояву емоцій, вміти їх проявляти, відтворювати, стримувати та управляти ними, а також розпізнавати емоції інших людей.

2. Встановлено, що період дошкільного дитинства – це період активного формування та розбудови емоційної сфери дитини, його розвитку як носія унікальних компетентностей і властивостей. З’ясовано, що у дітей дошкільного віку добре розвинені такі емоції, як заздрість, гнів, страх, переляк, сором, радість, любов, збентеження і сором'язливість. Це час, коли діти розвивають емоційний інтелект, набувають так званих хороших емоційних звичок (умінь, пов’язаних із набуттям і вираженням емоційних станів), а також знайомляться

зі способами зниження напруги та керування емоціями. Навички, які діти придбають в цей період, матимуть вирішальний вплив на їх подальше життя.

Проаналізовано роль ігрової діяльності дошкільників як засобу розвитку їх емоційного інтелекту. З'ясовано, що це завдання може бути реалізоване через потенціал театралізованих ігор, рухливих ігор, різних видів вправ та ігрових завдань.

3. Вивчення рівнів сформованості емоційного інтелекту дітей дошкільного віку відбувалося на основі методик, спрямованих на з'ясування таких складників: спрямованість уваги дитини на світ людей і світ емоцій; емоційна орієнтація на іншого; готовність дитини враховувати емоційний стан іншого у своїй діяльності.

Результати вивчення показали переважання у вихованців середнього рівня розвиненості емоційного інтелекту та засвідчили необхідність спеціально організованого педагогічного впливу з метою формування у дошкільників здатності співчувати іншому, проявляти позитивне емоційне ставлення, уважність, чуйність до інших.

4. Відповідно було розроблено експериментальну модель з розвитку емоційного інтелекту дошкільників, яка містить мету, завдання, педагогічні умови, зміст, форми, методи роботи, результат. Описано види роботи для навчання дошкільників розуміти емоції інших: робота з малюнками у дитячих книгах, використання ігрових карток із зображенням емоцій та станів, складання міні-розповідей з дітьми/для дітей, ігри.

З'ясовано потенціал рухової гри в розвитку емоційного інтелекту дошкільників. Зазначено, що рухливі ігри сприяють корекції і активізації пізнавальних процесів комунікативної функції дітей; активізації творчих проявів; вилученню чинників тривожності із освітнього середовища; стимуляції рухових функцій; розвитку та корекції сенсорних процесів і сенсорних здібностей; розвитку інтелектуальних здібностей та уяви; розвитку вербальнх невербальних комунікативних навичок тощо; підпорядковують свою поведінку системі правил.

Вибір типу рухливих ігор для роботи з формування емоційного інтелекту у дітей дошкільного віку потребує ретельного підходу з урахуванням вікових, особистісних та соціальних характеристик дитячого колективу або особистісних характеристик конкретної дитини.

Розроблено програму розвитку емоційного інтелекту в дітей дошкільного віку «Ми вміємо перевтілюватися» та описано систему навчальних занять з дошкільниками.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Базовий компонент дошкільної освіти (державний стандарт дошкільної освіти). Нова редакція. URL : https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf

2. Богініч О. Л. Фізичне виховання дітей дошкільного віку засобами гри. Київ : Логос, 2003. 140 с.

3. Бурова А. Організація ігрової діяльності дітей дошкільного віку. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 256 с.

4. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей 5-10 років у закладах освіти. Запоріжжя : ЗОІППО, 2006. 228 с.

5. Гавриш Н. В. Інтеграційні процеси в системі дошкільної освіти. *Вісник Дніпропетровського університету економіки та права ім. Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія».* 2011. № 1 (1). С. 16-20.

6. Гончаренко А. М. Граємо разом – з іграшками та без них. *Дошкільне виховання.* 2014. № 2. С. 10-12.

7. Голота А. С. Розвиток емоційного інтелекту дошкільників : практичні рекомендації. *Психолог дошкілля.* 2019. № 11. С. 18-23.

8. Гра дошкільника: теорія і практика. Дайджест 5 / упор. Г.І. Григоренко Запоріжжя : ТОВ «ЛІПС», 2007. 196 с.

9. Цигипало П. Гра як провідна діяльність дітей дошкільного віку. Дитяча психологія. Київ : Академвидав, 2011. 400 с.

10. Ґоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Віват, 2019. 512 с.

11. Дерев'янко С. П. Методичні засоби діагностики емоційного інтелекту. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки.* 2015. Вип. 128. С. 95-99.

12. Лавренко С. Методичні засоби діагностики емоційного інтелекту в дітей. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки.* 2020. Вип. 7.

С. 23-29.

13. Закон України «Про дошкільну освіту». 2001. № 49.URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2628-14

14. Ігрова діяльність у дошкільній освіті п’ятирічних дітей (педагогічний супровід до програми «Дитина») : навч.-метод. посіб. / (Г. В. Бєлєнька та ін. ; за заг. ред. Н. В. Кудикіної). Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2013. 219 с.

15. Клевака Л., Гришко О., Заїка В. Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку. 2022. URL : https://reposit.nupp.edu.ua/bitstream/PoltNTU/10570/1/590-876-1-PB.pdf

16. Козіна Л. Я вчуся керувати собою. *Психолог.* 2006. № 21. С. 3-7.

17. Колісник Л. О. Проблема діагностики емоційного інтелекту *Збірник наукових праць Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України* / за ред. С. Д. Максименка. Вип. 26. Камянець-Подільський : Аксіома, 2014. С. 278-295.

18. Кононко О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості. Київ : Освіта, 1998. 255 с.

19. Кудикіна Н. В. Теорія ігрової діяльності : монографія. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2012. 236 с.

20. Кудикіна Н. В. Теоретико-методичні засади організації ігрової діяльності. Організація дитячої ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної і початкової освіти : навч.-метод. посіб. / за ред. Г. С. Тарасенко. Київ : ВД «Слово», 2010. 320 с.

21. Лазоренко В. В. Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку в театралізованій діяльності. *Молодий вчений.* 2019. № 12 (76). С. 279-282.

22. Медіна Дж. Правила розвитку мозку дитини. Київ : Наш Формат, 2016. 320 с.

23. Мойзріст О. М. Вивчаємо особливості емоційного стану дитини. *Практичний психолог : дитячий садок.* 2017. № 9. С. 15-26.

24. Організація дитячої ігрової діяльності в контексті наступності

дошкільної та початкової освіти : навчально-методичний посібник / за ред. Г. С. Тарасенко. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2010. 320 с.

25. Організація ігрової діяльності дітей дошкільного віку. 2-ге вид., зі зм. та доп. / авт.- упор. А. П. Бурова. Тернопіль : Мандрівець, 2013. 296 с.

26. Пангелова Н. Е. Формування гармонійно розвинутої особистості дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання : монографія. Переяслав-Хмельницький, 2013. 432 с.

27. Пашко Т. А. Емоційний інтелект як складова професійної компетентності керівника. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. Д. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки.* 2008. № 21 (45). С. 161-167.

28. Поніманська Т. Дитина і соціум. *Дошкільне виховання.* 2004 № 8. С. 4.

29. Поніманська Т. Дошкільна педагогіка : підручник. 4-те вид., перер. Київ : ВЦ «Академія», 2018. 408 с.

30. Про затвердження Базового компонента дошкільної освіти (Державного стандарту дошкільної освіти). Наказ МОН України № 33 від 12.01.2021 р. URL : https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20 Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf

31. Рунова М. С. Рухова активність дитини. Харків : Ранок, 2007.192 с.

32. Система роботи з психофізичного розвитку дитини / авт.-упор. В. В. Єфремова. Тернопіль : Мандрівець, 2006.160 с.

33. Трофаїла Н. Д. Емоційний розвиток дітей дошкільного віку. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*. 2014. Вип. 1.45 (106). С. 155-158.

34. Філіпова І. Емоційний інтелект як засіб успішної самореалізації. *Соціальна психологія.* 2007. № 4. С. 68-79.

35. Чернявська А. Емоційний інтелект – запорука успішного навчання. *Молодь і ринок*. 2012. № 12(95). С. 136-139.

36. Шпак М. М. Становлення емоційного інтелекту в дошкільному віці як передумова його розвитку в молодшого школяра. *Наукові записки*

Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія». Випуск 4. 2016. С. 196.

37. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект : исследования феномена. *Вопросы психологии.* 2006. № 3. С. 78-86.

38. Шуть М. Школа ігромайстерності. Київ : Вид. дім «Шкіл. світ», 2006. 128 с.

39. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей : структура, динаміка, чинники розвитку. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2005. 308 с.

40. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. - Л. Гумецька. Київ : Vivat, 2023. 512 с.

41. Шпак М. В. Емоційний інтелект в контексті сучасних психологічних досліджень. *Психологія особистості*. 2011. № 1 (2). С. 282-287.

42. Нгуен М. А. Диагностика уровня развития эмоционального интеллекта старшего дошкольника. *Ребёнок в детском саду*. 2008. № 1. С. 83-85.

43. Кучеренко Ж. Емоційний інтелект дошкільників : шляхи розвитку. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2016. № 7. С. 54-59.

44. Лящ О. П. Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. Вип. 1(46). С. 210-216.

ДОДАТКИ

Додаток А

Правила регулювання ступеня навантаження учасників рухливих ігор

У стані дитини є ознаки перевищення допустимого навантаження. Симптоми включають рясне потовиділення, прискорене дихання, серцебиття та кашель. Ця умова виникає, якщо гра налаштована занадто швидко або якщо у грі недостатньо пауз для відпочинку.

Під час гри слід стежити за тим, щоб темп руху дитини відповідало диханню. Дихання у дошкільнят відносно поверхневе, тому під час ігор дошкільників неприпустимі дуже швидкі рухи.

Безперервний біг або підстрибування в іграх дозувати в таких розмірах з паузами:

- біг: у молодшій групі - 6-8 сек., у середній - 15-20 сек., у старшій 25-30 сек.;

- паузи: в молодшій групі - 4-6 раз, у середній - 8-10 раз, у старшій - 10-14 раз.

Загальна тривалість ігор допускається:

- у молодшій групі 5 – 6 хв;

- у середній 6–8 хв;

- у старшій групі 8 – 10 хв.

Забезпечте, щоб рівень фізичного навантаження відповідав фізичним можливостям кожного конкретного дошкільника. Використовуйте прості та зрозумілі завдання, які відповідають рівню розвитку дитини. Запобігайте завданням, які можуть бути занадто складними.

Включайте розігрівальні вправи перед початком основних ігор, щоб

підготувати м'язи та збільшити згоду на фізичну активність. Розбивайте ігри на короткі інтервали з періодами відпочинку, щоб уникнути перевтоми та забезпечити дитині можливість відновити сили.

Замість формальних вправ використовуйте ігрові елементи, які сприяють активності. Наприклад, «Гра в м'яч» або «Веселі перешкоди».

Спостерігайте за реакцією кожної дитини та пристосовуйте завдання відповідно до її потреб та можливостей. Використовуйте музику для стимулювання рухів та утримання уваги. Ритмічні ігри можуть бути веселими та заохочувати рух.

Підкреслюйте позитивні досягнення дітей та заохочуйте їх. Позитивний фідбек сприяє формуванню позитивного ставлення до фізичної активності. Враховуйте ігрові вподобання дітей при виборі рухливих ігор. Якщо діти зацікавлені, вони більше схильні брати участь у фізичних активностях.

Завжди забезпечуйте безпеку під час рухливих ігор. Переконайтеся, що ігри проводяться на безпечній території, та надавайте необхідні захисні засоби.

Узимку, коли дітям заважає рухатись зимовий одяг і взуття, тривалість та навантаження зменшуються, а тривалість перерев – збільшується. Влітку, також треба зменшувати навантаження в грі або переносити її на прохолодніший час дня.

Додаток Б

Творчі ігрові вправи
для розвитку емоційного інтелекту дошкільників

Мета – розвиток розпізнавання та вираження різних емоцій, підтримка взаєморозуміння та спілкування через ігрові активності; розвиток емпатії та вираження емоцій через ігрові сценарії.

Ігрова вправа «Емоційні маски» (3 хв.):

Діти обирають маску з різними емоціями (радість, смуток, здивування, гнів тощо) і показують своє обличчя, виражаючи відповідну емоцію.

Ігрова вправа «Музичні емоції» (2 хв.):

Граючи різні музичні фрагменти, діти реагують на музику різними емоціями: танцюють від радості, притупують під меланхолійну музику тощо.

Творча гра «Розповіді картин» (4 хв.):

Діти вибирають картину з різними емоціями та розповідають коротку історію про те, що відбувається на зображенні та які емоції вони відчувають.

Гра «Емоційна прогулянка»:

Діти рухаються по кімнаті, виражаючи різні емоції через своє обличчя та рухи.

Групова вправа «Маленький театр емоцій" (4 хв.):

Діти утворюють групи та отримують картки з емоціями. Кожна група створює короткий діалог чи сцену, виражаючи задані емоції.

Ігрова діяльність «Маски емоцій" (3 хв.):

Діти створюють власні маски, вибираючи форму та кольори, які відображають їхні поточні емоції.

Ігрова вправа «Імпровізаційний театр" (4 хв.):

Діти виходять на імпровізовану сцену та грають короткі сценки, де їхні персонажі виражають різні емоції.

Додаток В

Проєктивна методика «Домальовування: світ речей – світ людей – світ емоцій» (М. А. Нгуен)

Мета: виявити емоційну орієнтацію дитини – на світ речей або на світ людей.

Матеріали: аркуші паперу із зображеннями геомертичних фігур, олівець.

Інструкція: психолог пропонує дітям за 15 хвилин додати (домалювати) до фігур будь-які деталі, щоб вийшли малюнки зі смислом.

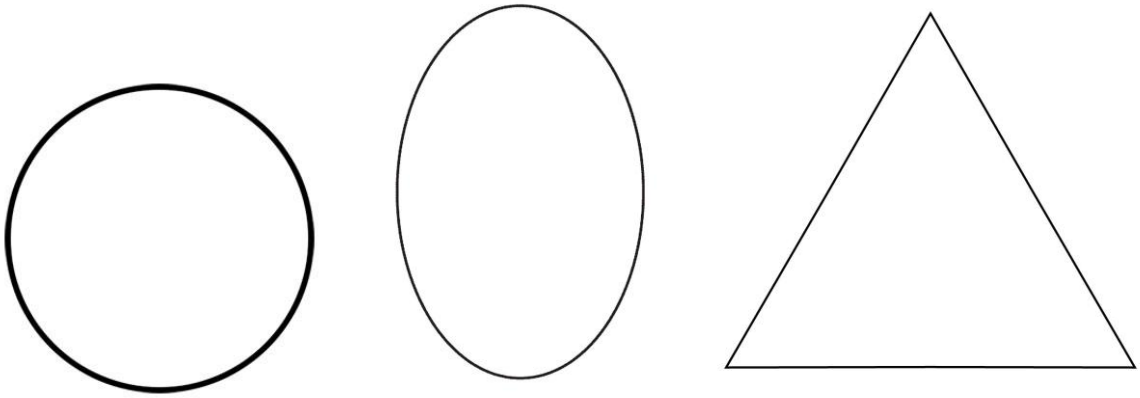
Обробка результатів: 0 балів домальовування відсутнє; зображений предмет або тварина; 1 бал зображено людське обличчя; 2 бали зображена людина (виражено її емоційний стан або вона зображена в русі).

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

низький: 0 балів;

середній 1–2 бали;

високий: 3–6 балів



Додаток Г

Проєктивна методика «Три бажання» (М. А. Нгуен)

Мета: Виявити емоційну орієнтацію дитини на себе або на інших людей.

Матеріали: аркуші паперу, кольорові олівці.

Інструкція. «Уявіть собі, що золота рибка може виконати три бажання. Що б ви побажали? Намалюйте!».

Обробка результатів: 0 балів малюнок відсутній; 1 бал малюнок пов'язаний бажанням «для себе»; 2 бали малюнок пов'язаний з бажанням «для інших людей».

Рівень розвитку емоційного інтелекту:

низький: 0 – 3 бали;

середній: 4 бали;

високий: 5–6 балів

Після закінчення малювання з дітьми проводиться бесіда для з'ясування характерних бажань.

Додаток Д

Методика «Що – чому – як» (М. А. Нгуен)

Мета: Виявити ступінь готовності дитини враховувати емоційний стан іншої людини, співпереживати, піклуватися про неї.

Інструкція: «Зараз я прочитаю вам розповідь. Ваше завдання: слухати уважно, а потім відповісти на мої запитання».

Текст для дівчат: «Мене звати Аня. Я навчаюсь в першому класі. У мене є старша сестра Таня. Одного разу ми їхали на машині і потрапили в аварію. Ми були легко поранені. У Тані була зламана права рука, але вона скоро зажила. А у мене на обличчі була глибока подряпина, і через місяць залишився шрам. Шрам невеликий, але все ж хлопці в школі його помічають, особливо хлопчик на ім'я Вова. Вова лідер серед хлопців. І ви знаєте, він та його друзі стали наді мною сміятися. Мені було дуже прикро. Я навіть не хотіла більше ходити в школу. Таня дізналася про це. Днями я все-таки як завжди пішла в школу з Танею. Біля входу стояв Вова з друзями. Побачивши мене, вони почали про щось шепотітися і сміятися. Моя сестра відразу підійшла до них і щось сказала Вові. Я стояла далеко від них, тому нічого не чула. Я тільки знаю, що саме після розмови з Танею Вова і його друзі перестали наді мною сміятися. Я пишаюся тим, що я – молодша сестра Тані і тим, що у мене є старша сестра, яка завжди мені допоможе. Але я досі не знаю, що Таня сказала Вові й хлопцям. Як ви думаєте, що вона їм сказала? »

Текст для хлопців: «Мене звати Антон. У мене є старший брат Юра. Нещодавно я почав вчитися кататися на велосипеді. Перший час я часто падав, і сусідські хлопчики з мене сміялися. Мені було дуже прикро. Я навіть хотів закинути велосипед. Але Юра вирішив мені допомогти. В один прекрасний день ми з Юрою вийшли покататися на велосипеді. Там нас побачили хлопці. Вони почали про щось шепотітися і сміятися. Мій старший братвідразу підійшов до них і щось сказав. Я стояв далеко від них, тому нічого не чув. Я

тільки знаю, що саме після розмови з Юрою хлопчики перестали наді мною сміятися. Я пишаюся тим, що я молодший брат Юри і тим, що у мене є старший брат, який завжди мені допоможе. Але я до сих пір не знаю, що ж Юра сказав хлопцям. Як ви думаєте, що він їм сказав? »

Обробка результатів. Дитина, відповідаючи на питання психолога, повинен вирішити певну проблему, пов'язану з відносинами між дітьми, їх оцінкою ситуацій і розумінням емоційних станів інших людей. Відповіді оцінюються за трьох бальною шкалою (відповідно до критеріїв, які використовуються в тесті Д. Векслера). Що Таня (Юра) сказала (сказав) хлопцям?

0 балів – дитина не відповідає або дає такі варіанти відповіді: «Не смійтеся», «Що ви робите?», «Як вам не соромно».

1 бал – «Старша сестра (старший брат) погрожувала (погрожував) хлопцям;

2 бали – конструктивне рішення проблеми.

Варіанти конструктивного рішення: старша сестра/брат просить хлопців залишити молодшу сестру/брата в спокої, інакше вона/він поскаржиться вчителям і батькам; старша сестра/брат пояснює хлопцям що так робити не можна, що це погано; старша сестра/брат пояснює хлопцям проблему своєї молодшої сестри/ брата і наполягає на тому, щоб хлопці припинили над нею/ним сміятися. «Чому Таня (Юра) так вчинила (вчинив)?»

0 балів – дитина не розуміє питання.

1 бал – «Щоб не сміялися»; «Щоб не кривдили».

2 бали – «Люди відчувають себе погано, якщо над ними сміються».

«Як би ти вчинив (а) в такій ситуації»?

0 балів – відповідь відсутня;

1 бал – «Треба попросити дорослих поговорити з кривдниками»;

2 бали – дитина сама приймає рішення, спираючись на свої почуття та почуття ображеної людини.

Рівні розвитку емоційного інтелекту: низький: 0–2 бали; середній: 3–4 бали; високий: 5–6 балів.

Додаток Е

Збірник рухливих ігор
для розвитку емоційного інтелекту дошкільників

«Слухаємо тишу»

Мета: розвивати самоконтроль і саморегуляцію щодо свого емоційного стану; зняття м'язової напруги; набуття навичок з в концентрації уваги; опанування вмінням керувати своїм емоційним станом.

Обладнання: засіб для безшумного подання сигналу до завершення одного етапу гри (прапорець, хустинка, «чарівна паличка», тощо. Засоби для шумового подання сигналу: свисток, бубон, брязкальце, тощо.

Хід гри: за першим сигналом ведучого (плесканні в долоні, удар бубна, звук свистка, бубонця, двіночка тощо), діти починають стрибати і бігати по кімнаті, тупотіти і плескати в долоні. За другим сигналом гравці повинні швидко присісти навпочіпки або сісти на стільці і прислухатися до того, що відбувається навколо. Потім можна обговорити, які звуки дітям вдалося почути.

Примітка: на етапі ускладнення гри сигнали подаються за допомогою беззвучних предметів, потім – мімікою.

«Передай по колу»

Мета: сприяти формуванню дружнього колективу; вчити діяти узгоджено; відчувати емоції одне одного, здійснювати емоційну підтримку членам команди, переживати за спільний успіх або невдачу, розвивати

координацію рухів і уяву.

Обладнання: предмет – замінник, який за сюжетом гри

«перетворюється» відповідно до ігрового завдання в м’яч, гарячу картовлю, колючого їжака, холодну крижинку, слизьку медузу, сердитого рака, тендітну кульбабку, крихітну піщинку, тощо.

Хід гри: діти сідають в коло. Педагог стає в центрі кола та передає по колу

уявний предмет: гарячу картоплю, крижинку, жабу, піщинку та інш.

Оголошується завдання: передавати предмет відповідно до його характеристик, але якомога швидше, бо «крижинка» – розтане, «рак» вщипне, «картопля» обпече долоні. Предмет повинен пройти все коло і повернутися до того гравця, кому до рук першому потрапив предмет від ведучого. При цьому - не змінившись (картоплина не повинна охолонути, крижинка – розтанути, піщинка – загубитися, жаба – поскакати).

Як тільки предмет пройшов повне коло, гравець повинен швидко встати на рівні ноги, підстрибнути ті жестами або рухами проілюструвати той «предмет» - показати, як «тане крижинка», «облітая кульбабка», тощо.

Після цього гра повторюється.

«Кривлялки»

Мета: вчити дітей визначати та оцінювати свій емоційний стан, а також адекватно реагувати на емоційний стан інших людей; закріпити поняття «настрій»; вправлятися в засобах мімічного зображення емоцій, вмінні вгадувати невербалізовані емоції одне одного, здійснювати емоційну підтримку одне одного, підтримувати дружні стосунки з однолітками, тощо.

Обладнання: люстерко, картки або фотографії різних емоцій.

Хід гри: дітям демонструють картки з зображенням емоцій. Далі картки розкладаються на столі зображенням донизу, діти навміння обирають по одній картці та знайомляться з тією емоцією, що зображено на їх картці.

Потім розбиваються по парах та стають навпроти одне одного на відстані 1 – 1, 5 метрів. По черзі демонструють одне одному мімікою та жестами ту емоцію, що зображено на її картці, а потім вгадують емоцію свого напарника. Як тільки емоція вгадані вірно, напарники підбігають одне до одного, обіймаються, потискають руки та разом виконують жартівливий танець.

«Заряд бадьорості»

Мета: корегувати фізичний та емоційний стану доступними для дітей дошкільного віку засобами, допомогти дітям впоратися з почуттям втоми, поліпшити настрій. Розвивати самоконтроль і саморегуляцію щодо свого

емоційного стану, інтерес дітей до вивчення самих себе, навички спілкування і адекватної оцінної діяльності, навички релаксації, керування власними емоціями.

Обладнання: наголовники з зображеннями електронів.

Хід гри: діти сідають на підлогу, двома пальчиками (великим і вказівним) беруться за мочки вух і масажують їх круговими рухами 10 разів в одну сторону і 10 разів в іншу, примовляючи: « Мої вушка чують все!" Після цього діти опускають руки і струшують ними. Ставлять вказівний палець між брів над носом. Масажують цю точку також по10 разів в кожну сторону, примовляючи: «Прокидайся, третє око!" В кінці вправи струшують руки. Збирають пальці в жменьку і масажують точку, яка розташована внизу шиї, зі словами: «Я дихаю, дихаю..». Похлопують відкритими долонями себе по колінах, плечах, грудях, промовляючи «Я злечу, злечу, злечу!!!!», потроху підводячись на рівні ноги, а потім, помахуючи руками, «злітають» - зображуючи ракету, метелика, джмеля, літак або птаха. За сигналом вихователя «польоти» завершуються, діти повертаються на свої місця.

«Компас»

Мета: формувати здатність контролювати і регулювати зовнішні прояви емоцій і почуттів, емпатію, вміння довіряти та довірятися одне одному в команді.

Обладнання: засіб для подавання сигналів під час руху «паровоза».

Хід гри: діти шикуються паровозиком. Кладуть руки на плечі тому, хто стоїть попереду. Очі у всіх закриті, крім того, хто стоїть на чолі «паровозика». Ведучий бере за руку першого учасника, подає сигнал до початку руху, и проводить «паровоз», змінюючи напрямок, - так, аби «паровоз» знаходився в безпеці, а діти вчилися довіряти один одному.

Декларація академічної доброчесності
здобувача ступеня вищої освіти ЗНУ

Я, Стружкіна Олена Сергіївна, студентка 2 курсу, заочної форми здобуття освіти, факультету соціальної педагогіки та психології, спеціальності «Дошкільна освіта», освітньої програми «Дошкільна освіта», адреса електронної пошти elena.struzhkina13@gmail.com,

підтверджую, що написана мною кваліфікаційна робота на тему: «Розвиток емоційного інтелекту дітей дошкільного віку в ігровій діяльності» відповідає вимогам академічної доброчесності та не містить порушень, що визначені у ст. 42 Закону України «Про освіту», зі змістом яких ознайомлена;

- заявляю, що надана мною для перевірки електронна версія роботи є ідентичною її друкованій версії;

- згодна на перевірку моєї роботи на відповідність критеріям академічної доброчесності у будь-який спосіб, у тому числі за допомогою інтернетсистеми, а також на архівування моєї роботи в базі даних цієї системи.

_____ Стружкіна О. С.

_____ Мирончук Н. М.