

ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА

РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Вариант программы развития эмоционального интеллекта, предназначенный для детей старшего дошкольного возраста, предложен преподавателем психологии Национального института по подготовке воспитателей детских садов (г. Хошимин, Социалистическая Республика Вьетнам), кандидатом психологических наук **Нгуен Минь Анем**.

Цель программы – развитие ориентации дошкольника на роль и значимость других людей в его деятельности.

Задачи – формирование интереса дошкольников к эмоциональным переживаниям; формирование представлений о базовых эмоциях и чувствах; развитие умения сотрудничать с другими детьми.

Программа состоит из 20 занятий.

Структура каждого занятия: чтение рассказа или стихотворения; беседа по содержанию текста; работа по отбору картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям и переживаниям персонажей рассказа или стихотворения. проведение одной-двух игр.

ЗАНЯТИЕ

ПО РАССКАЗУ К.Д. УШИНСКОГО «ИГРАЮЩИЕ СОБАКИ»

Чтение текста

Володя стоял у окна и смотрел на улицу, где грелась на солнышке большая собака, Полкан.

К Полкану подбежал маленький Мопс и стал на него кидаться и лаять; хватал его зубами за огромные лапы, за морду и, казалось, очень надоедал большой и угрюмой собаке.

– Погоди-ка, вот она тебе задаст! – сказал Володя. – Проучит она тебя.

Но Мопс не переставал играть, а Полкан смотрел на него очень благосклонно.

Видишь ли, – сказал Володе отец, – Полкан добрее тебя. Когда с тобою начнут играть твои маленькие братья и сёстры, то непременно дело кончится тем, что ты их приколотишь. Полкан же знает, что большому и сильному стыдно обижать маленьких и слабых.

Беседа

- Что делал Полкан во дворе?
- Как играл Мопс?
- Разозлился ли Полкан?
- Что, по предположению Володи, могло случиться, если бы Мопс не перестал мешать Полкану? Полкан поступил так, как предполагал Володя, или нет? Почему?
- Чему отец научил Володю на примере этого случая?
- Как вы думаете, что чувствуют малыши, когда их обижают?

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям персонажей рассказа.

ИГРА «Волны» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – учить выражать с помощью жестов доброжелательное отношение к сверстникам.

Ход игры: Воспитатель стоит в круге, который образовали дети, и говорит: «В море обычно бывают небольшие волны, и так приятно, когда они ласково омывают тебя. Давайте сейчас превратимся в морские волны, будем двигаться, как будто мы волны, так же как они, шелестеть и журчать, улыбаться, как волны, когда они искрятся на солнце». Затем предлагает всем желающим по очереди искупаться в море. Купающийся становится в центре, «волны» окружают его и, поглаживая, тихо журчат.

ЗАНЯТИЕ

ПО РАССКАЗУ М. ЗОЩЕНКО «У БАБУШКИ»

Чтение текста

Мы в гостях у бабушки. Сидим за столом. Подают обед.

Наша бабушка сидит рядом с дедушкой. Дедушка толстый, грузный. Он похож на льва. А бабушка похожа на львицу.

Лев и львица сидят за столом.

Я не отрываясь смотрю на бабушку. Это мамина мама. У неё седые волосы и тёмное, удивительно красивое лицо. Мама сказала, что в молодости она была необыкновенная красавица.

Приносят миску с супом.

Это неинтересно. Это я вряд ли буду кушать.

Но вот приносят пирожки. Это ещё ничего.

Сам дедушка разливает суп.

подавая свою тарелку, я говорю дедушке:

– Мне только одну капельку.

Дедушка держит разливательную ложку над моей тарелкой. Одну каплю супа он капает в мою тарелку.

Я смущённо смотрю на эту каплю.

Все смеются.

Дедушка говорит:

– Он сам попросил одну каплю. Вот я и выполнил его просьбу.

Я не хотел супа, но почему-то мне обидно. Я почти плачу.

Бабушка говорит:

– Дедушка пошутил. Дай твою тарелку, я налью.

Я не даю свою тарелку и не дотрагиваюсь до пирожков.

Дедушка говорит моей маме:

– Это плохой ребёнок. Он не понимает шуток.

Мама говорит мне:

– Ну, улыбнись же дедушке. Ответь ему что-нибудь.

Я сердито смотрю на дедушку. Тихо говорю ему:

– Я больше к вам никогда не приеду...

Беседа

- Почему мальчик попросил своего дедушку налить ему только одну каплю супа?

- Как вы думаете, выполняя просьбу внука, дедушка шутил?

- Мы часто шутим над теми, кого любим. Как вы думаете, мальчик из этого рассказа понимает это или нет? Почему вы так считаете?

- Как мы должны вести себя, когда люди шутят над нами, чтобы им не было обидно?

- Что дедушка мальчика почувствовал, когда его внук не понял, что он просто пошутил?

- Если бы вы оказались на месте мальчика, что бы вы сделали, когда дедушка так пошутил над вами?

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям персонажей рассказа.

ИГРА «ПРАЗДНИК ВЕЖЛИВОСТИ» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – стимулировать желание радовать и поддерживать друг друга с помощью слов.

Ход игры: «Сегодня в нашей группе, – говорит воспитатель, – объявляется праздник вежливости! Вежливые люди отличаются тем, что никогда не забывают благодарить окружающих. Сейчас у каждого из вас появится шанс проявить свою вежливость и поблагодарить других за что-нибудь. Вы можете подойти к любому и сказать: «Спасибо тебе за то, что ты...». Вот увидите, благодарить очень приятно. Постарайтесь никого не забыть и подойти к каждому, ведь истинно вежливые люди еще и очень внимательны. Готовы? Тогда начинаем».

ЗАНЯТИЕ

ПО СТИХОТВОРЕНИЮ Э. МОШКОВСКОЙ «ТРУДНЫЙ ПУТЬ»

Чтение текста

Я решил,
и я отправляюсь.
Я иду
в этот трудный путь.
Я иду
в соседнюю комнату,
где молча
сидит моя мама.
И придётся
открыть дверь.
И сделать шаг...
И ещё...
и ещё, может, десять,
десять шагов!
И тихо
к ней
подойти,
и тихо
сказать:
«Прости...»

Беседа

- О чём это стихотворение?
 - Как вы думаете, почему так трудно просить прощения?
 - Что чувствует мальчик, когда идёт к маме, чтобы попросить прощения?
 - Что вы чувствуете, когда должны попросить прощения?
 - Что чувствуют окружающие нас люди, когда мы совершаем нехорошие поступки?
 - Какое продолжение для этого стихотворения можно придумать?
- Что скажет мальчику мама?

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям персонажей стихотворения.

ИГРА «ЖИВЫЕ КУКЛЫ» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – стимулировать сопереживание, желание помочь окружающим.

Ход игры: Воспитатель разбивает группу на пары и объясняет: «Представьте, что ваши куклы ожили. Они умеют говорить, просить, бегать и пр. Пусть один из пары останется ребёнком, а другой превратится в

куклу-девочку или куклу-мальчика. Кукла будет о чём-то просить, а её хозяин – выполнять её просьбы и заботиться о ней». Предлагает помыть кукле руки, покормить её, погулять с ней, уложить спать и т.п. При этом предупреждает, что хозяин должен выполнять все капризы куклы и не заставлять ее делать того, чего она не хочет. Полностью войдя в игровую ситуацию, дети продолжают играть самостоятельно. В следующей игре они меняются ролями.

ЗАНЯТИЕ

ПО РАССКАЗУ М. ЗОЩЕНКО «Я НЕ ВИНОВАТ»

Чтение текста

Сидим за столом и кушаем блины.

Вдруг отец берёт мою тарелку и начинает кушать мои блины. Я реву.

Отец в очках. У него серьёзный вид. Борода. Тем не менее он смеётся. Он говорит:

– Видите, какой он жадный. Ему для отца жаль одного блина.

Я говорю:

– Один блин, пожалуйста, кушай. Я думал, что ты все скушаешь.

Приносят суп. Я говорю:

– Папа, хочешь мой суп?

Папа говорит:

– Нет, я подожду, когда принесут сладкое. Вот если ты мне сладкое уступишь, тогда ты действительно хороший мальчик.

Думая, что на сладкое клюквенный кисель с молоком, я говорю:

– Пожалуйста. Можешь кушать мое сладкое.

Вдруг приносят крем, к которому я равнодушен.

Пододвинув к отцу мое блюдо с кремом, я говорю:

– Пожалуйста, кушай, если ты такой жадный.

Отец хмурится и уходит из-за стола.

Мать говорит:

– Пойди к отцу, попроси прощения.

Я говорю:

– Я не пойду. Я не виноват.

Я выхожу из-за стола, не дотронувшись до сладкого.

Вечером, когда я лежу в кровати, подходит отец. У него в руках мое блюдо с кремом.

Отец говорит:

– Ну, что ж ты не съел свой крем?

Я говорю:

– Папа, давай съедим пополам. Что нам из-за этого ссориться?

Отец целует меня и с ложечки кормит кремом.

Беседа

- Что случилось за столом во время еды? Как вы думаете, действительно ли отец хотел съесть блины и крем своего сына?

- Почему отец нахмурился и ушёл из-за стола? Что он почувствовал, когда мальчик сказал: «Пожалуйста, кушай, если ты такой жадный»?

- Часто случается так, что наши слова или поступки обижают дорогих нам людей. Как вы думаете, что мы должны делать, чтобы искупить свою вину в таких ситуациях?

- В конце рассказа мальчик решил помириться со своим папой. Как он это сделал? Если бы вы были этим мальчиком, как бы вы помирились с папой?

- Что почувствовал отец, когда сын решил первым с ним помириться?

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям персонажей рассказа.

ИГРА «Оживлялки» (И. Климкина)

Цель – развивать умение невербально выражать свои эмоции.

Материал – рисунки детей.

Ход игры: Дети рассматривают рисунки. Затем один из участников игры с помощью мимики и жестов показывает то, что изображено на одном из рисунков, остальные угадывают.

Если вариантов ответов несколько, воспитатель объясняет, что одно и то же явление или предмет у разных людей могут вызывать различные чувства, и каждый человек имеет право на своё мнение.

ЗАНЯТИЕ

ПО СТИХОТВОРЕНИЮ Я. АКИМА «МОЙ БРАТ МИША»

Чтение текста

Ох, до чего он рыжий,
Мой новый братик Миша!
И волосы рыжие,
И ресницы рыжие,
Проснись, и сразу весело,
Когда его вижу я.
Над непослушным Мишей
Хлопочет вся семья,
Но мой братишка рыжий
Всё делает, как я.
Я прыгаю – он прыгает,
Ем кашу – кашу ест,

Я съел тарелку мигом –
И он в один присест.
Я Мишу не обижу,
Толкнет меня – терплю:
Он маленький, мой рыжий,
И я его люблю.

Беседа

- Как вы думаете, какими должны быть старший брат и старшая сестра?
- У вас есть брат или сестра? Расскажите о них.
- Что чувствуют ваши брат или сестра, когда вы ведёте себя агрессивно по отношению к ним?
- Как вы поступаете, когда ваши брат или сестра делают не так, как вам бы хотелось?
- Нарисуйте портреты ваших братьев или сестёр и подарите им.

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональному состоянию персонажей.

ИГРА «СОСТАВНЫЕ ФИГУРЫ» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – формировать способность согласовывать собственные действия и поведение с действиями и поведением других детей, учитывать влияние других детей на свои действия.

Ход игры: Воспитатель рассказывает детям вокруг себя и говорит: «Тот из вас, кто был в цирке или зоопарке, наверняка видел там слона. А кто не был – видел его изображение на картинке в книжке. Попробуйте его изобразить. Сколько у него ног? Правильно, четыре. Кто хочет быть ногами слона? Кто будет хоботом?» И т.д.

Таким образом, каждый ребёнок будет изображать какую-нибудь часть тела слона. Воспитатель помогает детям расположиться в правильном порядке: впереди – хобот, за ним – голова, по бокам – уши и т.д. Затем он предлагает слону пройти по комнате: каждая часть должна соблюдать очередность движений.

В качестве составляемой фигуры могут быть любые реальные и сказочные животные (собака, гусеница, дракон и т.д.). Если детей в группе много, можно усложнить игру и составить двоих животных, которые могут общаться: жать друг другу руки, обнюхивать друг друга, вилять при встрече хвостами.

ЗАНЯТИЕ
ПО СТИХОТВОРЕНИЮ А. БАРТО «ОДИНОЧЕСТВО»

Чтение текста

Нет, уйду я насовсем!
То я папе надоем:
Пристаю с вопросами,
То я кашу не доем,
То не спорь со взрослыми!
Буду жить один в лесу,
Земляники запасу.
Хорошо жить в шалаше,
И домой не хочется,
Мне, как папе, по душе
Одиночество.
Буду слушать птичий свист
Утром в перелеске,
Только я же – футболист,
А играть-то не с кем.
Хорошо жить в шалаше,
Только плохо на душе.
Лучше я в лесной глуши
Всем построю шалаша!
Всех мальчишек приглашу,
Всем раздам по шалашу.
Папе с мамой напишу.
Разошлю открытки всем!
Приходите насовсем!

Беседа

- Как вы думаете, почему мальчик решил жить в лесу один?
- А почему потом он решил пригласить к себе в лес и папу, и маму, и всех друзей? По душе ли ему одиночество?
- Какое место в нашей жизни занимают окружающие нас люди? Как вы думаете, можем ли мы существовать без их участия?
- Вы улыбнулись, когда читали последние строчки стихотворения? Почему? Какое это стихотворение – весёлое или грустное? Почему вы так думаете?

Показ и отбор картинок с выражением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям персонажа стихотворения.

ИГРА «СТАРЕНЬКАЯ БАБУШКА» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – стимулировать сопереживание, желание поддерживать и помогать другому.

Ход игры: Воспитатель разбивает группу на пары: бабушка (дедушка) – внучка (внук) и объясняет: «Бабушки и дедушки очень старенькие, они ничего не видят и не слышат. Их необходимо проводить к врачу, а для этого внуки и внучки должны перевести их через дорогу с сильным движением».

Улицу рисуют мелом на полу. Несколько детей в роли автомобилей бегают по проезжей части.

Поводырю нужно уберечь бабушку (дедушку) от машин, показать доктору (его роль играет ребёнок), купить лекарство и привести по той же дороге домой.

ЗАНЯТИЕ ПО СТИХОТВОРЕНИЮ А. БАРТО «РАЗЛУКА»

Чтение текста

Всё я делаю для мамы:
Для неё играю гаммы,
Для неё хожу к врачу,
Математику учу.
Все мальчишки в речку лезли,
Я один сидел на пляже,
Для неё после болезни
Не купался в речке даже.
Для неё я мою руки,
Ем какие-то морковки...
Только мы теперь в разлуке.
Мама в городе Прилуки
Пятый день в командировке.
И сегодня целый вечер
Что-то мне заняться нечем!
И, наверно, по привычке
Или, может быть, со скуки
Я кладу на место спички
И зачем-то мою руки.
И звучат печально гаммы
В нашей комнате. Без мамы.

Беседа

- Что мальчик делает для мамы, а что – для себя?
- Что каждый из вас может делать для мамы?
- Опишите эмоциональное состояние мальчика, когда он скучает по своей маме.
- Что можно сделать, чтобы мальчик не чувствовал себя таким одиноким?
- Что вы делаете, если ваши родители уезжают куда-нибудь надолго? Почему вы так делаете?

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональному состоянию персонажа стихотворения.

ИГРА «РАБОТАЕМ ВМЕСТЕ» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – формировать способность согласовывать собственные действия и поведение с действиями и поведением других детей, договариваться и сотрудничать с другими.

Ход игры: Воспитатель делит группу на подгруппы по четыре ребёнка. Каждой из подгрупп он даёт задание: вымыть посуду, приготовить суп или посадить дерево. Помогает распределить обязанности (например, один ребёнок копает яму, другой опускает в яму дерево и расправляет корни, третий закапывает яму, четвёртый поливает дерево). В течение пяти минут подгруппы репетируют свои сценки. Затем каждая подгруппа показывает сценку, а остальные угадывают.

ЗАНЯТИЕ

ПО РАССКАЗУ Н. НОСОВА «СТУПЕНЬКИ»

Чтение текста

Однажды Петя возвращался из детского сада. В этот день он научился считать до десяти. Дошел он до своего дома, а его младшая сестра Валя уже дожидается у ворот.

– А я уже считать умею! – похвастался Петя. – В детском саду научился. Вот смотри, как я сейчас все ступеньки на лестнице сосчитаю.

Стали они подниматься по лестнице, а Петя громко ступеньки считает:

– Одна, две, три, четыре, пять...

– Ну чего ж ты остановился? – спрашивает Валя.

– погоди, я забыл, какая дальше ступенька. Я сейчас вспомню.

– Ну, вспоминай, – говорит Валя.

Стояли они на лестнице, стояли. Петя говорит:

– Нет, я так не могу вспомнить. Ну-ка, лучше начнём сначала.

Сошли они с лестницы вниз. Стали снова вверх подниматься.

– Одна, – говорит Петя, – две, три, четыре, пять...

И снова остановился.

– Опять забыл? – спрашивает Валя.

– Забыл! Как же это! Только что помнил и вдруг забыл! Ну-ка, ещё попробуем.

Снова спустились с лестницы, и Петя начал сначала:

– Одна, две, три, четыре, пять...

– Может быть, двадцать пять? – спрашивает Валя.

– Да нет! Только думать мешаешь! Вот видишь, из-за тебя забыл!

Придётся опять сначала.

– Не хочу я сначала! – говорит Валя. – Что это такое? То вверх, то вниз, то вверх, то вниз! У меня уже ноги болят.

– Не хочешь – не надо, – ответил Петя. – А я не пойду дальше, пока не вспомню.

Валя пошла домой и говорит маме:

– Мама, там Петя на лестнице ступеньки считает: одна, две, три, четыре, пять, а дальше не помнит.

– А дальше шесть, – сказала мама.

Валя побежала обратно к лестнице, а Петя всё ступеньки считает:

– Одна, две, три, четыре, пять...

– Шесть! – шепчет Валя. – Шесть! Шесть!

– Шесть! – обрадовался Петя и пошёл дальше. – Семь, восемь, девять, десять.

Хорошо, что лестница кончилась, а то бы он так и не дошёл до дому, потому что научился только до десяти считать.

Беседа

- Чему научился Петя в детском саду?

- Кого встретил Петя у ворот дома?

- Что Петя решил показать своей сестрёнке? Удалось ли ему это сделать? Почему?

- Что говорил Петя своей сестрёнке, когда не мог вспомнить, какое число идёт после пяти?

- Как вы думаете, что почувствовала Валя, когда Петя сказал, что она ему мешает думать? Почему вы так считаете?

- Что Валя решила сделать, чтобы помочь брату? Почему она так сделала?

- Подумайте: если бы вы были на месте Вали, что бы вы сделали, чтобы помочь своему брату? Почему?

- Как вы думаете, что почувствовал Петя, когда Валя помогла ему вспомнить счёт? Почему вы так считаете?

- Нужно ли помогать друг другу? Почему?

Показ и отбор картинок с изображением эмоциональных состояний людей, соответствующих эмоциональным состояниям персонажей рассказа.

ИГРА «РАЗГОВОР СКВОЗЬ СТЕКЛО» (Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова)

Цель – формировать способность учитывать эмоциональное состояние сверстника, повторять и передавать информацию, полученную от него. Стимулировать желание понимать другого без слов.

Ход игры

Воспитатель помогает детям разбиться на пары, затем говорит: «Представьте, что один из вас находится в большом магазине, а другой – ждёт его на улице. Но вы забыли договориться о том, что нужно купить, а выход – на другом конце магазина. Попробуйте договориться о покупках сквозь стекло витрины. Но помните, что вас разделяет такое толстое стекло, что попытки кричать бесполезны: партнёр всё равно не услышит. После того как вы договорились, вы можете обсудить, правильно ли вы друг друга поняли». Воспитатель объясняет одному из детей жестами, что тот должен купить, а потом спрашивает, всё ли он понял. Затем дети играют самостоятельно. Воспитатель следит за ходом игры, помогает, если играющие затрудняются. В следующей игре дети меняются ролями.