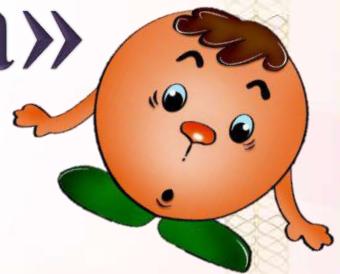


Консультация для родителей

«Развитие эмоционально – волевой сферы дошкольника»



Эмоции неотступно сопровождают нас всю жизнь, с самого рождения — никуда от них не деться. Но нельзя совершать поступки исключительно под влиянием эмоций: человек должен уметь сознательно ими управлять. Поэтому, кроме эмоций, ему присуща воля. Вместе они составляют эмоционально-волевую сферу человека. Развитие эмоционально-волевой сферы — один из важных аспектов воспитания ребенка.

Оно предполагает развитие таких качеств как: уравновешенность, самостоятельность, ответственность за свои действия, целенаправленность действий, умение понимать свое эмоциональное состояние и состояние окружающих. Большинство родителей не обращают внимание на развитие эмоционально-волевой сферы ребенка. Прежде всего ребенок должен правильно проявлять свои эмоции и понимать окружающих. Эта функция очень важна для общего развития ребенка, для становления его личности, для формирования жизненного опыта. Маленький ребенок еще не умеет контролировать свои эмоции и выражает их открыто, абсолютно не стесняясь окружающих. Но часто родители забывают, что никто из нас не рождается с уже сформированными навыками поведения в обществе и вместо того, чтобы спокойно объяснить ребенку, что так себя вести нельзя, делают ему выговор, кричат, наказывают. Родители должны понять: ребенок кричит, дерется и капризничает не потому, что он плохой, а потому что не понимает, что так делать нельзя.



Развитие эмоционально-волевой сферы — процесс постепенный, и вместо того, чтобы наказывать ребенка, нужно научить его выражать негативные эмоции приемлемыми способами, регулировать свое эмоциональное состояние, снимать эмоциональное напряжение. Причем лучше всего делать это с помощью игры, ведь игра — это не только веселое времяпрепровождение, но и мощный воспитательный инструмент.

Работа над эмоциональным развитием детей дошкольного возраста опирается на возрастные возможности детей, используются сказки, игры, занимательные задания, экспрессивное самовыражение. Детям очень нравятся игры, направленные на развитие эмоциональной экспрессии: они с охотой передают ситуации жизни животных, их повадки; эмоциональные состояния путем персонификации. Учитывая возрастные особенности детей, эмоционально-игровой контекст носит конкретный, подсказывающий и направляющий характер.

Работа по развитию эмоциональной сферы делится на три этапа:

1 этап – младший возраст (3-4 года) – работа над развитием эмоций, мимики через игру, образы, движения, голосовые выражения, пальчиковую гимнастику.



2 этап – средний возраст (4-5 лет) обогащение эмоционального словаря, работа с масками-пиктограммами, цветом, пантомимикой, мимикой, логоритмические и логопластические игры, этюды на выражение эмоций.

3 этап – старший возраст (5-7 лет) – совершенствование опыта внешнего проявления эмоций, самобытность эмоционального самовыражения с помощью пластических этюдов, этюдов на сопоставление различных эмоций, образно игровых этюдов без слов и со словами.

Какую помощь могут оказать родители в развитии эмоций своего ребенка?

Для этого родители должны помогать вызывать внутренний эмоциональный отклик при прослушивание музыкальных сказок, учить сопереживать героям; развивать словарный запас ребенка: обращать внимание на собственные чувства и называть их, наблюдать эмоциональную жизнь малыша и обозначать переживания, вводить в его лексикон слова, обозначающие оттенки чувства (рад, зол, сердит, раздосадован, расстроен, огорчен и т.п.)

Обучение распознаванию чувств и эмоций следует начинать с того, что:

- признать, что чувства не бывают плохими, они просто есть, и ребенок имеет право на проявление чувств (вербальное, телесное); однако нужно вводить определенные правила проявления эмоций, например: «Ты вправе сердиться на сестренку, но ее я тебе не ударить разрешаю»
- обсуждать случаи, которые произошли с кем-то, просить определить чувства и предложить варианты поступков; при этом избегать осуждения, цель беседы —



познавательная (например: «Что чувствовал Саша, когда пришло время уходить? Что он сделал, когда почувствовал, что огорчен? Что он сделал потом?»);

- обсуждать с ребенком его чувства, не пытаться решить за него проблему; объяснение причины чувства должно помочь ребенку самому справиться с ним («Ты злишься оттого, что Маше пора домой и нужно вернуть ей игрушку»);
- предлагать ребенку различные способы, помогающие ему взять себя в руки, — вербальные, физические, зрительные, творческие и др. («Ты собираешься дальше злиться или хочешь успокоиться? Что ты можешь для этого сделать, давай подумаем вместе: может быть, обежать вокруг стола, написать открытку, почитать любимую книжку?»); часто все, что требуется ребенку — это понять охватившее его чувство. Предлагать ребенку варианты, и пусть он сам выбирает наиболее действенный...

Уважаемые, родители, помните о том, что будущее Вашего ребенка зависит только от Вас. Мы же в свою очередь можем предложить вам несколько игр направленных на развитие эмоционально-волевой сферы вашего ребенка. Игры на развитие эмоционально-волевой сферы помогут ребенку научиться выплескивать негативные эмоции, помогут снять мышечное и эмоциональное напряжение.



Имейте в виду, что во время игр необходимо присутствие взрослого – он должен следить за эмоциональным состоянием детей.

«Как ты себя сегодня чувствуешь?»

Для этой игры необходимы карточки с разными оттенками настроения.

Ребенок должен выбрать ту, которая в наибольшей степени похожа на его настроение, на настроение мамы, папы, друга, кошки и т.д.

«Рисуем настроение»

Это задание очень многогранно по своим целям и способам воплощения. Вот некоторые варианты заданий:

1. Выполнение рисунка на тему: «Мое настроение сейчас».

Каждый рисует эмоцию, какую он хочет. После выполнения задания дети обсуждают, какое настроение пытался передать автор.

2. Каждый ребенок вытягивает карточку с той или иной эмоцией, которую он должен изобразить.

Рисунки могут быть сюжетные (нарисуй Бармалея, от которого сбежали все игрушки, или ситуацию из твоей жизни, когда ты очень удивился), так и абстрактные, когда настроение передается через цвет, характер линий (плавные или угловатые,

размашистые или мелкие, широкие или тонкие и пр.), композицию различных элементов.

Последние (абстрактные рисунки) в большей степени способствуют отреагированию отрицательных эмоций (страха, напряжения), развитию воображения, самовыражения.



«Тренируем эмоции»

Взрослый предлагает ребенку (или группе детей) потренироваться в выражении не только самих эмоций, но и их оттенков, которые могут быть присущи отдельным людям, сказочным героям, животным.

1. Радость. Улыбнись, пожалуйста, как: кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса; довольный ребенок; счастливая мама.

2. Гнев. Покажи, как рассердились: ребенок, у которого отобрали игрушку; Буратино, когда его наказала Мальвина; два барана на мосту.

3. Испуг. Покажи, как испугались: заяц, который увидел волка; котенок, на которого лает собака.

«Лото настроений»

На столе раскладываются картинкой вниз схематичные изображения эмоций. Ребенок берет одну карточку, не показывая ее никому. Затем ребенок должен узнать эмоцию и изобразить ее с помощью мимики, пантомимики, голосовых интонаций. Остальные отгадывают изображенную эмоцию.

«Уходи, злость, уходи»

Ребенок ложится на ковер, вокруг него лежат подушки. Закрыв глаза, он начинает со всей силы колотить ногами по полу, а руками — по подушкам и громко кричать: «Уходи, злость, уходи!» Через три минуты ребенок по сигналу взрослого ложится в позу звезды, широко раздвинув руки и ноги, и спокойно лежит, слушая спокойную музыку.



Когда близкие взрослые любят ребенка, хорошо относятся к нему, признают его права, постоянно внимательны к нему, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. В этих условиях развивается жизнерадостный, активный физически и психически ребенок.

Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Именно в условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любви сам. Чувство любви, нежности к близким людям, прежде всего к родителям, братьям, сестрам, дедушкам и бабушкам, формирует ребенка как психологически здоровую личность..



Удачи Вам!!!