Статья на тему: «Развитие эмоционального интеллекта у детей младшего школьного возраста»

 Главными источниками познания мира чувств и эмоций для ребёнка являются семья и школа. В школе ребёнок принимает участие в жизни класса, взаимодействует с одноклассниками и учителями.

 Поэтому работа по развитию эмоционального интеллекта должна проводится не только в режимные моменты, но в образовательной деятельности, систематически и целенаправленно. Наша задача создать условия для формирования знаний у педагогов о последовательности действий, методов, приемов и форм в развитии эмоционального интеллекта у детей. Повышение профессионального уровня и статуса педагога. Раскрытие внутреннего потенциала каждого педагога, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы. Обобщение и обмен педагогическим опытом путем прямого и комментированного показа.

Жизнь на 10 % состоит из того что происходит и на 90 % как мы к нему относимся.

Эмоций очень много. Мы всегда ими пользуемся на работе, дома, но именно понимать свои и чужие эмоции, цели и желания – это умение жизненно необходимо.  Наиболее эффективны в своей деятельности люди, которые сочетают разум и чувства. Умение распознавать свои эмоции, управлять ими - это залог успеха и карьерного роста.

 «Эмоциональный интеллект - это умение человека распознавать чувства и эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные; способность управлять как своими, так и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

 Сегодня проблемой изучения эмоционального интеллекта занимаются специалисты по всему миру такие как: Керрол Изард, Говард Гарнер, Дэвид Карузо, Даниель Голман и другие.

 В школьном возрасте происходит наиболее интенсивное развитие эмоционального интеллекта ребёнка. Он приобретает умение признавать и принимать собственные чувства и эмоции, учится контролировать их. Ребёнок начинает понимать чувства других людей, находить с ними общий язык, представлять себя на месте другого человека, сопереживать ему.

 Дидактические разработки для занятий с детьми, родителями

Дидактическая игра «Поднимите руку те, кто…»

- Поднимите руку все те, кто по утрам любит пить кофе.

- А теперь прошу поднять руку тех, кто не любит рано вставать.

- Поднимите руку те, кто радуется любой погоде… Молодцы!

- А теперь те, кто любит пить утром чай,

- Поднимите руку те, кто любит дарить подарки…

- Поднимите руки кто любит сладкое.

(тематика может быть разная)

-Я думаю, что было интересно узнать о привычках своих коллег. У детей формируется самосознание, а другие дети узнают о своих сверстниках что- то новое, формируется чувство доверия, которое лежит в основе дружбы. Без доверия невозможно успешно действовать всем вместе, быть в одной команде.

КОРОБОЧКА ЭМОЦИЙ

Мир мы познаем через органы чувств. Полезно создать в воображении свою коробочку счастья. «Сложите» в нее все, что ассоциируется у вас со счастьем визуально, на слух, вкус, обоняние и осязание. А затем создайте такую же коробочку вместе со своим ребенком, подробно обсуждая с ним его эмоции.

Зрение: счастливая улыбка ребенка.

Слух: шум морской волны.

Вкус: сладкая клубника.

Обоняние: ароматы леса после дождя.

Осязание: объятия любимого человека.

На основе этой информации учитель может создавать ситуации успеха (использует музыку, которая нравится детям) А учащиеся развивают воображение речь.

Психологическая игра «Воспитай свой страх, ужас, боязнь…»

*На равне с положительными эмоциями человеку присущны и отрицательные эмоции. Которые необходимо научить ребенка преодолевать.*

*- Я предлагаю вам нарисовать свое негативное чувство (Педагоги рисуют)*

- Готово? Сомните его, как вам захочется. А теперь разверните лист и разгладьте его руками. Страх, боязнь никуда не делся. Поэтому сейчас я хочу, чтобы вы перевоспитали свое негативное чувство (страх, ужас, боязнь и пр.). Для этого нужно сделать его добрым. Подумайте, как это сделать и исправьте. (В группе с детьми мы пририсовываем шары, конфеты в руках у страшилки; исправляем злое выражение лица на доброе, улыбчивое; одеваем страшилку в нарядный, веселый костюм – и прочее. (Педагоги исправляют)

Такое упражнение дает возможность учителю увидеть проблемы ребенка, страхи.

 **ИГРА «Опиши чувство»**

***В разных жизненных ситуациях у человека возникают разные эмоции .Давайте***

***У меня в руках карточки с различными жизненными ситуациями. Вам нужно вытянуть одну .*** *Рассказать о ситуации и назвать подходящее чувство.*

На слайде ситуации (подарок-восхищение, отняли игрушку - обида, расставание на вокзале - грусть, выступление клоуна – радость, фокусник в цирке – удивление, злая собака – испуг, драка – злость.

 (картинка – ответ участника)

Эти упражнения учат детей управлять своими эмоциями. Развивает умеренность в сете. Работая на литературном чтения я часто пользуюсь этим методом, прошу детей разыграть диалог по прочитанному, мини-пьесы .

**ИГРА «ВЫРАЖЕНИЕ ЭМОЦИЙ» (с помощью табличек)**

**Очень важно учиться распознавать переживания людей в различных жизненных ситуациях. Попробуем и мы с вами определить эмоции героев со сказок**

*Задание: Послушайте отрывок из сказки. Какое чувство испытывают герои? Изобрази его с помощью эмоциональных табличек.*

Отрывок из сказки «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка»: «Не послушался Иванушка сестру, выпил воды из копытца и превратился в козленочка …» (грусть, печаль)

Отрывок из сказки «Гуси-лебеди»: «Спрятала печка брата с сестрой, а гуси уже налетели, кружат над ними» (страх).

Отрывок из сказки «Репка»: «Выросла репка большая - пребольшая!» (удовольствие, радость).

Отрывок из сказки «Волк и семеро козлят»: «Козлята отворили дверь, волк кинулся в избу…» (злость, испуг).

Отрывок сказки «Курочка Ряба»: «Мышка бежала, хвостиком махнула, яичко упало и разбилось. Дед и баба плачут» (печаль, грусть).

Отрывок сказки «Царевна - лягушка»: «Заговорила тут с Иваном-царевичем лягушка…» (удивление)

 Такие упражнения воспитывают толерантность у обучающихся. Помогают в работа на уроках развития речи.

 «Управляйте Вашими чувствами, пока Ваши чувства не начали управлять Вами».

философ Паблиус Сирус

Давайте будем учиться управлять своими эмоциями и будем развивать эмоциональный интеллект у наших детей! Ведь они наше будущее!

Список использованных источников:

1. Дэниел Гоулман «Эмоциональный интеллект», Эмоциональный интеллект / Дэниел Гоулман; пер. с англ. А.П. Исаевой. - М.: ACT: ACT МОСКВА; Владимир: ВКТ, 2009. - 478, |2] с.
2. Материалы лекций Business Speech. Лекция Ларисы Управителевой «Эмоциональный интеллект».
3. Материалы лекций онлайн-школы «Фоксфорд», курс «Как сделать уроки литературы захватывающими».