

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской
области основная общеобразовательная школа № 23
города Сызрани городского округа Сызрань Самарской области, структурное
подразделение «Детский сад № 70» , реализующий общеобразовательные
программы дошкольного образования

Семинар-практикум для педагогов

«Обеспечение эмоционального комфорта и благополучия дошкольников
через организацию разных видов совместной деятельности»

Подготовила:

Базыкина А.Н.

2025 год

Задачи:

1. Познакомить педагогов с составляющими психологического комфорта и эмоционального благополучия детей в группе.
2. Способствовать эффективному применению образовательных и воспитательных действий, направленных на личностно ориентированное взаимодействие с ребёнком.

Ход семинара

1. Приветствие.

Добрый день, уважаемые коллеги! Я рада приветствовать вас на семинаре.

Я надеюсь, что вы получите полезную информацию, которую сможете использовать в своей работе.

А начнем мы с короткой притчи:

«Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: мертвая она или живая?». А сам думает: «Скажет живая – я ее умерщвлю, скажет мертвая – выпущу: Мудрец, подумав, ответил: «Все в твоих руках»».

Вот так и в наших руках возможность создать в ДОО такую атмосферу, в которой воспитанники будут чувствовать себя спокойно, тепло, уютно и комфортно.

2. Вхождение в тему (метод «Ассоциации»).

Какие ассоциации возникают у вас, когда вы слышите слово «комфорт»?

Придумайте слова к каждой букве данного слова.

К - красота

О - органичность

М - мама

Ф - фантазия

О - отдых

Р - радость

Т - тепло

Психологический комфорт - условия жизни, при которых ребенок чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться, весел и здоров.

Сегодня мне бы хотелось поговорить с вами на тему: «Создание условий для эмоционального благополучия детей в соответствии с ФГОС ДО».

Понятие «здоровый ребенок дошкольного возраста» включает набор характеристик - жизнерадостность, активность, любознательность, устойчивость к неблагоприятным внешним факторам, высокий уровень выносливости и работоспособности.

Внимание к проблеме эмоционального благополучия у дошкольников, привлечено тем, что с каждым годом появляется все больше дошкольников с отклонениями в развитии эмоциональной сферы. Современные дети стали менее отзывчивыми. Они не всегда способны понять чужие эмоции и осознать свои, не могут выразить чувства, а если и выражают их, то зачастую в резкой форме. Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. Поэтому эмоциональную сферу детей нужно развивать с раннего возраста, а помогут нам в этом игры: «Крошка Енот», «Выражение эмоций», «Детский сад», «Художник» и др. Цель этих игр развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Игра «Выражение эмоций».

Цель: Развитие умений выразить мимикой лица удивление, восторг, испуг, радость, грусть. Вызвать у детей положительные эмоции.

Ведущий читает отрывок из русской сказки «Баба Яга».

«Баба Яга бросилась в хатку, увидела, что девочка ушла, и давай бить кота и ругать, зачем он не выцарапал девочке глаза».

Уважаемые педагоги, какую эмоцию мы можем выразить, прослушав данный отрывок? (Жалость).

Отрывок из сказки «Сестрица Алёнушка и братец Иванушка»:

«Алёнушка обвязала его шелковым поясом и повела с собою, а сама-то плачет, горько плачет...» (печаль).

Отрывок из сказки «Гуси-лебеди»:

«И они прибежали домой, а тут и отец с матерью пришли, гостинцев принесли» (радость).

Отрывок из сказки «Царевна-змея»:

«Оглянулся казак, смотрит - стог сена горит, а в огне красная девица стоит и говорит громким голосом: - Казак, добрый человек! Избавь меня от смерти» (удивление).

Отрывок из сказки «Репка»:

«Тянут – потянут, вытащили репку!» (восторг).

Отрывок из сказки «Волк и семеро козлят»:

«Козлята отворили дверь, волк кинулся в избу...» (испуг).

Эмоции играют важную роль в жизни детей, они помогают приспособиться ребенку к той или иной ситуации.

Эмоции ребенка - это «сообщение» окружающим его взрослым о его состоянии, эмоции участвуют в формировании социальных взаимодействий дошкольников друг с другом и привязанностей.

Детские эмоции влияют и на будущее поведение человека, например, мальчик начинает испытывать неприязнь ко всем женщинам, только потому, что его воспитывала жестокая мать. Эмоции способствуют так же социальному и нравственному развитию, которое начинается с известных большинству вопросов «Что такое хорошо?» и «Что такое плохо?».

Так, если с точки зрения норм данного общества ребенок поступает плохо, ему становится стыдно, он испытывает эмоциональный дискомфорт. Кроме того, эмоции являются источником радости и страдания, а жизнь без эмоций - как позитивных, так и негативных - пресна и бесцветна.

Психологи попытались определить и классифицировать эмоции. Оказалось, что люди различают шесть основных эмоций - радость, грусть, удивление, злость и страх.

В дошкольном возрасте дети очень эмоциональны. Эмоции у них выражаются более бурно и непосредственно. Одна из причин возникновения тех или иных переживаний ребенка - его взаимоотношения с другими людьми. Когда взрослые ласково относятся к ребенку, признают его права, а сверстники хотят с ним дружить, он испытывает эмоциональное благополучие, чувство уверенности, защищенности. Обычно в этих условиях у ребенка преобладает бодрое, жизнерадостное настроение.

Если же со стороны близких людей ребенок не находит отклика, то настроение у него портится, он становится раздраженным, печальным или назойливым. Это свидетельствует о том, что потребность его не удовлетворена. И тогда можно говорить об эмоциональном неблагополучии ребенка, под которым понимается негативное эмоциональное самочувствие. Эмоциональное неблагополучие может возникнуть в разных ситуациях, например, при переживании неуспеха, в каком либо виде деятельности, особенно в спортивных соревнованиях, на занятиях или в ситуациях жесткой регламентации жизни в детском саду.

Наиболее острые и устойчивые негативные эмоции ребенок испытывает при негативном отношении к нему окружающих людей, особенно воспитателя и сверстников.

Негативные эмоции, вызванные взаимоотношениями с окружающими, в виде различных переживаний разочарования или обиды, гнева, страха.

Положение ребенка в группе, его взаимоотношения со сверстниками влияют на его эмоциональное состояние и психическое развитие в целом. От этого зависит, насколько ребенок чувствует себя спокойным, удовлетворенным, находится в состоянии эмоционального комфорта.

Игра «Детский сад».

Цель: развивать способность распознавать и выражать различные эмоции.

Выбираются два участника игры, остальные – зрители. Участникам предлагается разыграть следующую ситуацию – за ребенком в детский сад пришли родители. Ребенок выходит к ним с выражением определенного

эмоционального состояния. Зрители должны отгадать, какое состояние изображает участник игры, родители должны выяснить, что произошло с их ребенком, а ребенок рассказать причину своего состояния.

Известные детские психологи предлагают следующие типы детей в зависимости от их положения в группе сверстников:

- «предпочитаемые» дети находятся в группе в атмосфере любви и поклонения. Их ценят за красоту, уверенность в себе, не боятся риска и пр. однако дети с особенно высокой популярностью могут стать излишне самоуверенными, «заразиться звездной болезнью»;

- «пренебрегаемые» дети часто чувствуют по отношению к себе равнодушие сверстников или их снисходительность. Они обидчивы, зачастую восстают против навязанных условий жизни в группе, становятся агрессивными или идут по пути беспрекословного подчинения лидеру.

«Пренебрегаемыми» дети становятся по разным причинам: один редко ходит в детский сад, другой только начал посещать данную группу и т. д.

Эмоциональное неблагополучие может приводить к различным типам поведения:

- Первый – это неуравновешенное, импульсивное поведение. Быстро «вспыхивая», эти дети так же быстро «угасают». Их эмоциональная несдержанность и импульсивность приводят к разрушению игры, конфликтам и дракам. Однако эти проявления ситуативные, представления о других детях остаются положительными и не препятствуют общению.

- Второй тип поведения характеризуется устойчивым негативным отношением к общению. Обида, недовольство, неприязнь надолго задерживаются в памяти, но они более сдержаны, чем дети первого типа. Эмоциональное неблагополучие этих детей связано с неудовлетворенностью отношением к ним воспитателя недовольством детьми, нежеланием посещать детский сад.

- Основной чертой поведения детей третьего типа является наличие у них многочисленных страхов. Чем сильнее эмоциональное неблагополучие

ребенка, тем больше возможность возникновения ситуаций, вызывающих трудности взаимодействия ребенка с внешним миром.

Одна из задач, которая стоит перед педагогом для создания эмоционального благополучия, это формирование у детей чувства уверенности в окружающем мире. Создание условий для преобладания у детей чувств жизнерадостности бодрости, веры в себя, в свои силы и возможности, уважения к людям и самоуважения. Обеспечение условий для преобладания позитивных эмоций в ежедневном распорядке дня детей; создание благоприятного психологического климата в ДОО и по возможности в семье.

Комфортное состояние ребенка в ДОО зависит и от созданных условий:

- организации индивидуального подхода к ребенку, непосредственное общение с каждым ребенком, уважительное отношение к каждому ребенку, его чувствам и потребностям;
- контроля за физическим и психическим состоянием ребёнка;
- учёт и использование привычек и стереотипов поведения ребёнка;
- организация взаимодействия со взрослыми: использование игрушек-забав, игрушек-сюрпризов, использование сказок и спокойной музыки при укладывании детей спать (непосредственное общение с каждым ребенком);
- построение образовательной деятельности на основе взаимодействия взрослого с детьми, ориентируясь на интересы и возможности каждого ребенка;
- установление правил взаимодействия в разных ситуациях:
 - позитивные и доброжелательные отношения между детьми разных национальных культур, религиозных обществ, а так же имеющими различные ОВЗ;
 - развитие коммуникативных способностей детей, позволяющих решать конфликтные ситуации со сверстниками;
- поддержка индивидуальности и инициативы детей через:
 - свободный выбор ребенком деятельности;

- свободное выражение своих чувств и мыслей;
- самостоятельность в разных видах деятельности (исследовательская, игровая, проектная, познавательная и т. д.);
- формирование и поддержка положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- взаимодействие с родителями (законными представителями) по вопросу образования ребенка, непосредственного вовлечения их в образовательную деятельность.

Не менее важным условием эмоционального благополучия также является создание благоприятной атмосферы, характеризующейся взаимным доверием и уважением, открытым и доброжелательным общением начиная с младшей группы. Дети впервые приходят из дома в детский сад и должны окунуться в приятную, доброжелательную и ласковую атмосферу. А чтобы создать такую атмосферу воспитателю нужно запастись большим терпением, быть всегда доброжелательным к детям, ежеминутно уделять им больше внимания, стать «второй мамой», ведь дети с вами проводят в детском саду большую часть своего времени. Оказывать поддержку индивидуальности и инициативе детей (свобода выбора детьми деятельности, вовлекать ребенка в различные групповые, интересные виды деятельности, например:

1) игры и упражнения для детей с затруднениями в общении: «Рукавички», «Сочиним историю», «Дракон», «Кто позвал?», «Мое настроение», «Веселое путешествие», «Дружная семейка», Морское путешествие»;

2) игры на снижение агрессии и ослабление негативных эмоций: «Подушечные бои» «По кочкам», «Уходи, злость, уходи», «Грустно – весело», «Поссорились», «Совместный рисунок»;

3) методы регуляции и снятия психоэмоционального напряжения у детей «Возьми себя в руки», «Стойкий солдатик», «Замри»;

4) ситуативные беседы, игровые ситуации, направленные на формирование здоровьесберегающего поведения при выполнении бега и

прыжков, развитие самоконтроля: «Как правильно бегать (прыгать)?», «Как правильно носить обувь?», «Хорошо – плохо»;

5) проблемно – практические ситуации, направленные на закрепление правил поведения для поддержания здоровья, поиск детьми путей выхода из сложившейся ситуации: «Как бы ты поступил?», «Незнайка в гостях», «Полезно ли говорить очень громко?», «Глаза – зеркало души», «Не так, а как?», «Лучше не бывает»;

6) чтение художественной литературы: В. Маяковский «Что такое хорошо, что такое плохо?», Г. Остер «Папамамалогия. Наука на всю жизнь», «Физкультура или семейная качалка», С. Михалков «Праздник непослушания», Н. Носов «Приключения Незнайки и его друзей», Л. Толстой «Детям»;

7) интерактивная деятельность – развитие умения входить в контакт со сверстниками, преодолевать негативные эмоции: «Поднимем друг другу настроение»; «Порадуйся с товарищами»; формирование навыков конструктивного поведения: «Не досталась игрушка», «Испортился рисунок», «Все сможем, все сумеем»;

8) проектная деятельность: «Цветок эмоций», «Книга здоровья», «Что такое хорошо, что такое плохо».

Педагогам необходимо иметь в своем активном словаре достаточное количество ласковых слов.

Предлагаю воспитателям младших и средних групп поиграть в игру «Ласковые слова».

Цель: формировать профессиональную компетентность.

Кто из вас назовет больше ласковых слов. Воспитатели обращаются к кукле, передавая ее по кругу. За каждое названное ласковое слово дается фишка. В конце игры фишки подсчитываются.

А сейчас воспитатели старших и подготовительных к школе групп поиграют в игру «Комплементы» так как в старшем дошкольном возрасте дети уже нуждаются во внимании сверстников, и задача обучать детей делать комплементы друг другу или добрые пожелания.

Стоя в кругу все берутся за руки. Глядя в глаза соседу, надо сказать ему несколько добрых слов или за что-то похвалить. Принимающий кивает головой и говорит: «Спасибо, мне очень приятно!» затем он дарит комплемент своему соседу. Игра поводится по кругу.

Анализ педагогических ситуаций.

Цель: указать причину эмоционального дискомфорта ребенка, наиболее адекватную тактику поведения воспитателя.

Ситуация № 1. Мальчики строят из больших кубиков и брусочков многоэтажные гаражи. Коля плохо владеет навыками конструирования, и его гараж разрушается. Он смущен и огорчен, но снова принимается за дело - и снова неудача. Теперь на лице его досада. Другие мальчики начинают смеяться над ним. Коля опускает голову, собирает рассыпавшиеся кубики. Воспитатель подходит к ребенку и, улыбаясь, говорит: «У тебя сегодня что-то не получается? Попробуй еще раз!». Коля, уже с опаской, вновь берется за постройку, но через несколько минут она опять рассыпается. Мальчики громко смеются. Коля, плача, ломает их гаражи. Начинается драка. Воспитатель, выслушав объяснения мальчиков, раздраженно говорит Коле, что недовольна им, и сажает его на стул. Коля явно недоброжелательно смотрит на воспитателя и детей, и до конца дня остается агрессивным.

Как должен поступить воспитатель?

Ситуация № 2. Воспитатель предложил детям послушать сказку. Ваня, симпатизирующий Сереже, захотел сесть рядом с ним, но тот не пустил его. Ваня попытался поставить свой стул рядом с Сережиным с другой стороны, тот опять оттолкнул его. Воспитатель, строго глядя на обоих, потребовал объяснений. Ваня со слезами на глазах сказал, что хочет сесть рядом с Сережей, а тот его не пускает. Сережа с раздражением ответил, что хочет, чтобы рядом с ним сел Миша. Воспитатель предложил Ване сесть на другое место, но тут его позвал кто-то из детей, он отвлекся, и Ваня вновь попытался поставить свой стул рядом с Сережей. Началась драка, Ваня заплакал. Воспитатель силком посадил его на другое место. До конца дня мальчик был неспокоен и агрессивно настроен по отношению ко всем детям.

Обеспечение психологического комфорта детей в ДОО – одна из важнейших задач педагогического коллектива. От этого во многом зависит результативность педагогической деятельности, сформированность знаний, умений, навыков у детей, способствующих дальнейшей успешности в школьном обучении.

Сегодня мы проработаем несколько упражнений, которые помогут вам создать благополучный эмоциональный настрой детей в группе и обеспечить их психологический настрой усвоению моральных норм и правил поведения.

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, агрессивных действий, сплочение участников, создание атмосферы группового доверия и принятия.

Игра «Разноцветное настроение».

Цель: отслеживание своего эмоционального состояния, настроения.

«Раз, два, три, четыре, пять – начинаем мы играть!»

Сейчас я научу вас раскрашивать свое настроение. Я открою вам такой секрет. Оказывается, каждое настроение имеет свой цвет. Посмотрите – у меня есть разноцветные карточки. Мы разложим их по кругу. Получился цветик-восьмицветик – цветок настроений. Каждый лепесток – разное настроение:

красный – бодрое, активное настроение - хочется прыгать, бегать, играть в подвижные игры;

желтый – веселое настроение – хочется радоваться всему;

зеленый – общительное настроение – хочется дружить с другими детьми, разговаривать и играть с ними;

синий – спокойное настроение – хочется спокойно поиграть, послушать интересную книгу, посмотреть в окно;

малиновый – мне трудно понять свое настроение, и не слишком хорошее, и не слишком плохое;

серый – скучное настроение – не знаю чем заняться;

коричневый – сердитое настроение – я злюсь, я обижен;

черный – грустное настроение – мне грустно, я расстроен

Каждый из вас возьмет лепесток и скажет, какого цвета сейчас его настроение. Я начну, а вы продолжите.

Спасибо, мне очень приятно, что у многих из вас сейчас хорошее настроение. А тем, у кого оно не очень хорошее, мы сейчас поможем.

Игра «Два коврика».

Педагоги по порядку выбирают, на какой коврик они хотят встать. Встают на черный сильно топают, оставляя на нем все плохое и неприятное, что они чувствуют, например: злость, обиду, страх. Наступая на белый коврик забирают с собой доброту, нежность, радость. Дети проговаривают, что они при этом чувствуют.

Упражнение «Да или нет».

Играющие встают в круг и берутся за руки, ведущий в центре. Он объясняет задание: если они согласны с утверждением, то поднимают руки вверх и кричат: «Да!» Если они не согласны с утверждением, то топайте и кричите: «Нет!»

Есть ли в поле светлячки?

Есть ли в море рыбки?

Есть ли крылья у тельца?

Есть ли клюв у поросенка?

Есть ли гребень у волны?

Есть ли двери у норы?

Есть ли хвост у петуха?

Есть ли ключ у скрипки?

Есть ли рифма у стиха?

Есть ли в нем ошибки?

Упражнение «Ковер-самолет».

Усаживайтесь поудобнее. Сегодня мы отправимся в путешествие на ковре-самолете. Чтобы ковер-самолет мог подняться в воздух, нужно расслабиться. Вы умеете это делать. Лягте на спину. Закройте глаза. Расслабляем ноги. От кончиков пальцев вверх идет тепло, ноги тяжелые. Согреваются руки. От кончиков пальцев идет вверх по руке тепло. Руки

тяжелые и теплые. Расслабляется туловище. Тепло от рук, ног идет к животу, груди, спине. Расслабилось лицо, приоткрылся рот. Отдыхайте. И вот ваш ковер-самолет поднимается медленно вверх. И вы уже летите.

И вот вы пролетаете над огромным озером, над ним и над вами кружат чайки. У берега качаются на волнах лодки, вы летите дальше. Над вами в голубом небе бегут облака. Одно облако похоже на пушистого зайчика, другое - на большой ком белой ваты, вот совсем маленькое облако, похожее на белого котеночка. Ковер медленно опускается на землю. Вы в цветущем саду.

Вокруг много цветов, они кивают вам своими головками. Вы идете по тропинке сада. Вы вышли на лужайку. Дети играют в мяч. Мяч катится к вашим ногам. Вы поднимаете мяч, высоко подбрасываете его вверх, и мяч летит вверх. Но что это? Вы тоже летите. Летите сами. Без ковра-самолета. Вы раскинули руки. Вы парите как птица. Вот знакомое озеро, чайки приветствуют вас, машут крыльями. Рыбак сидит в лодке. Смотрит на вас, машет вам рукой. Вы летите дальше.

Рядом летит пушистый белый котенок-облако. Вот и наш детский сад. Вы медленно опускаетесь. Котенок спешит за вами. И вот вы здесь. Теплый котенок лежит у вас на животе, мурлычет. Слушайте, как он мурлычет. Погладьте его правой рукой нежно. Теперь погладьте его левой рукой. Потянитесь, откройте глаза. Возьмите котенка в руки. Ласково. Сядьте, усадите котенка рядом с собой. Погладьте его по головке.

Таким образом, внимание к проблеме эмоционального благополучия у дошкольников решается с помощью вовлечения их в различные виды игр, тренинги, упражнения на развитие эмоций и снятие отрицательной энергии.