**Методы и приемы используемые в ДОУ по развитию эмоциональной сферы у детей старшего дошкольного возраста.**

**Щекина Анна Яковлевна**

Щекина Анна Яковлевна/ Shchekina Anna Yakovlevna- воспитатель

муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения "Детский сад "Лада" города Новый Уренгой

***Аннотация:*** *в статье анализируются ключевые понятия эмоциональной сферы,эмоцийфункции эмоций, особенности формирования и функционирования эмоциональной сферы в дошкольном возрасте.*

***Abstract:*** *the article analyzes the key concepts of the emotional sphere, emotional, emotional function, features of formation and functioning of the emotional sphere in preschool age.*

***Ключевые слова:*** *эмоциональная сфера, эмоции, мимика, дошкольное детство.*

***Keywords:*** *emotional sphere, emotions, facial expressions, preschool childhood.*

Особенности формирования и функционирования эмоциональной сферы в дошкольном возрасте давно признаны психологами важной проблемой. По мнению А. Валлона, эмоции в генезисе психической жизни проявляются раньше всего: «Ребенок способен к психической жизни только благодаря эмоциям. Именно эмоции объединят ребенка с его социальным окружением, через эмоции ребенок обретает опору для своей биологии, в эмоции осуществляется симбиоз органического и психического, происходит как бы «переливание» одного в другое» [2, с.34].

Развитие эмоциональной сферы является не только предпосылкой успешного школьного обучения, но и способствует саморазвитию личности. Понимание своих эмоций и чувств является важным моментом в становлении личности растущего человека. Развиваются тесно связанные друг с другом эмоциональная и мотивационная сферы, формируется самосознание. Однако, замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети меньше общаются со взрослыми и сверстниками, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Неумение владеть выразительными средствами тела снижает умение ребенка взаимодействовать с окружающим миром. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы, очень актуальна и важна.

Эмоциональная сфера - это чувствительность, импульсивность и другие качества, характеризующие силу и динамизм проявления эмоций [6].

Эмоции - психический процесс импульсивной регуляции поведения, основанный на чувственном отражении значимости внешних воздействий, общая, генерализованная реакция организма на такие воздействия [5].

# Выделяют следующие функции эмоций:

1) мотивационно-регулирующая - эмоции участвуют в мотивации поведения человека, могут побуждать, направлять и регулировать;

2) коммуникативная - эмоции несут в себе информацию о психическом и физическом состоянии человека;

3) сигнальная - эмоционально-выразительные движения (мимика, жесты, пантомимика) выполняют функцию сигналов о том, в каком состоянии находится система потребностей человека;

4) защитная - возникая как моментальная, быстрая реакция организма, она может защитить человека от опасностей [7].

Особая роль в передаче информации отводится мимике - движениям мышц лица. Мимика отражает внутреннее эмоциональное состояние и способна дать истинную информацию о том, что переживает человек. Мимические выражения несут более 70% информации, т. е. глаза, взгляд, лицо человека способны сказать больше, чем произнесенные слова [8].

Эмоции представляют собой особый вид психических процессов, отражающих оценку ситуации для человека в плане удовлетворения его актуальных потребностей и протекающие в форме переживаний и физиологических реакций. Так же эмоции имеют две стороны — объективную (человек, испытывающий эмоции, может улыбаться, хмуриться, плакать, дрожать, у него меняется частота пульса, ритм дыхания и т. д.), а также субъективную — внутренние мысли и переживания человека по поводу тех или иных событий [3].

Дошкольное детство – совершенно особенный период развития ребенка. Возникают внутренняя психическая жизнь и внутренняя регуляция поведения.

Основой познания для ребенка дошкольного возраста является чувственное познание – восприятие и наглядное мышление. Именно от того, как сформированы у ребенка-дошкольника восприятие, наглядно-действенное и наглядно-образное мышление, зависят его познавательные возможности, дальнейшее развитие деятельности, а также речи и более высоких, логических форм мышления.

Дошкольный возраст период расцвета познавательной активности. Повышенная эмоциональность - важная отличительная черта воображения дошкольника. Придуманные персонажи приобретают для ребенка личную значимость и начинают жить в его сознании как совершенно реальные. Многочисленные детские страхи, которые нередко встречаются в этом возрасте, объясняются как раз силой и живостью детского воображения и повышенной эмоциональностью.

К концу дошкольного возраста складывается новая внеситуативно-личностная форма общения.

Для старших дошкольников характерно не просто стремление к доброжелательному вниманию и уважению взрослого, но и к его взаимопониманию и сопереживанию. Кроме взрослого, в социальной ситуации развития ребенка в дошкольном возрасте все большую роль начинают играть сверстники.

Так же можно сказать, что развитие эмоций у дошкольников зависит от ряда условий.

1. Эмоции и чувства формируются в процессе общения ребенка со сверстниками.
2. При специально организованной деятельности (например, музыкальные занятия) дети учатся испытывать определенные эмоции, связанные с восприятием (например, музыки).
3. Эмоции очень интенсивно развиваются в соответствующем возрасту дошкольников виде деятельности – в игре, насыщенной переживаниями.
4. В процессе выполнения совместных трудовых занятий (уборка участка, группой комнаты) развивается эмоциональное единство группы дошкольников.

Знакомство детей с фундаментальными эмоциями осуществляется как в ходе всего учебно-воспитательного процесса, так и на специальных занятиях, где дети переживают эмоциональные состояния, вербализуют свои переживания, знакомятся с опытом сверстников, а также с литературой, живописью, музыкой. Ценность таких занятий состоит в том, что у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают глубже понимать себя и других, у них чаще возникает эмпатия по отношению к взрослым и детям [2]

C помощью таких методов как: релаксационные, эмоционально символические, сюжетно-ролевые игры, подвижные игры, элементы психогимнастики, техники выразительных движений, этюдов, тренингов, мимики и пантомимики, с помощью приемов: прослушивание музыки, чтение литературных произведений и сказок (игр-драматизаций), знакомство с живописью, психомышечной тренировки, группового обсуждения чувств, направленного рисования мы способствуем развитию эмоциональной сферы ребенка [2].

Таким образом, можно сказать, что с развитием эмоциональной сферы у старшего дошкольника чувства становятся более рациональными, подчиняются мышлению. Развитию эмоциональной сферы способствуют все виды деятельности ребенка и общение с взрослыми и сверстниками. Дошкольник учится понимать не только свои чувства, но и переживания других людей. Он начинает различать эмоциональные состояния по их внешнему проявлению, через мимику и пантомимику. Эмоциональное состояние ребенка оказывает существенное влияние на развитие его личности. Эмоции воздействуют на все компоненты познания: на ощущение, восприятие, воображение, память, мышление. На протяжении детства особенности эмоций (их сила, длительность, устойчивость) изменяются в связи с изменением общего характера деятельности ребенка и его мотивов, а также с усложнением отношений ребенка с окружающим миром.

**Список использованной литературы**

1. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте.М.: Астрель, 2000. 209 с.
2. Вежновец И. Программа «развитие эмоциональной сферы» // Школьный психолог. 2005. №17. С. 28-32.
3. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. М.: Астрель, 2000. 265с.
4. Довгая Н. Об особенностях развития эмоциональной сферы. // Ребёнок в детском саду. 2005. №5. С. 26-27.
5. Додонов Б.И. Эмоция как ценность. М.: Феникс, 2001. 334 с.
6. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребенка. М.: Академия, 2004.288 с.
7. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. М.: Феникс, 2006. 214 с.
8. Люсин Д.В. Организация знаний об эмоциях: внутренняя структура

категории «эмоция». М.: Ин-т психологии РАН, 2003. 234 с.