

Консультация для родителей «Развитие эмоционального интеллекта дошкольника посредством музыки и игр»

Эмоции – неперенная составляющая человеческой жизни. В основе каждой сильной эмоции лежит побуждение к действию.

Эмоциональный интеллект – это способность человека распознавать и корректно выражать свои эмоции, а также понимать чувства других людей. Развитию эмоционального интеллекта способствуют все виды деятельности ребенка. Огромную роль в обогащении эмоционального опыта ребенка играет музыка. Музыка - это и есть собственно эмоция. У ребенка в процессе восприятия музыкальных образов возникает чувство сопереживания, до которого он в своей обыденной жизни не поднимается.

Чтобы помочь ребенку познать все многообразие эмоций, научиться осознавать и выражать словами свои и чужие чувства, существует множество игр. Предлагаю вам некоторые из них.

Игры и упражнения для развития эмоционального интеллекта у детей 6-7 лет

Игра с образом животных

Попросите ребенка представить какое-либо животное и эмоционально на него отреагировать, можно включить музыку. Пусть он даст название своей эмоции и объяснит причину ее появления. Например, радость, потому что собака виляет хвостом и ластится. Или страх, потому что лев большой и рычит.

Игра: «Рисуем музыку». Рисование под музыку принесет не только положительные эмоции ребенку и Вам, но и поможет развить воображение, привьет любовь к искусству. Предложите ребенку закрыть глазки, прослушать музыку и после нарисовать то, что он представил.

Игра: «Давай станцуем смех (гнев, радость, грусть...)». Задача ребенка двигаться так, как звучит музыка. В перерывах обсуждайте с ребенком почему он именно так танцевал под эту музыку, что чувствовал во время танца.

Игра с мячом

Бросая ребенку мяч, говорите: «Я радуюсь, когда...», затем по очереди озвучивайте варианты: «...ем мороженое, светит солнце, гуляем в зоопарке, улыбается мама». Чем больше вариантов наберется, тем лучше. Следите за отсутствием повторений. Далее продолжайте игру с другими эмоциями: я грущу, злюсь, удивлен, мне страшно, интересно, стыдно и т.д.

Эмоциональные танцы

Танцы – это энергия, которая отлично передает эмоции и настроение. Предложите ребенку придумать свой "танец радости" или "танец разочарования", "танец интереса" или "танец грусти". В этой игре важно работать с разным настроением, и под каждую эмоцию ребенок двигается по своему усмотрению.

Игра: «Волшебный мешочек»

Эта игра направлена на осознание своего эмоционального состояния и освобождение от негативных эмоций. Перед ее началом уточните у ребенка, что он чувствует на данный момент, например, он на кого-то обижен. Предложите сложить в волшебный мешочек все отрицательные эмоции – обиду, досаду, злость, грусть. Крепко завяжите этот мешочек и уберите его. Затем возьмите еще один волшебный мешочек и попросите ребенка взять из него любые положительные чувства, которые он хочет.

Игра: «Что я чувствую сегодня»

Каждый день ребенок выбирает эмоцию дня. Играть можно в любом возрасте. Распечатайте картинки с изображением эмоций. Можно взять любимого персонажа из мультфильма. Пусть ребенок выберет картинку и расскажет «Сегодня я чувствовал радость/грусть/злость..., когда». Это учит осознанному восприятию эмоций и умению их принимать и не бояться.

Игра: «Эмоциональный компас»

Интересная игра для всей семьи, где каждый угадывает эмоции. Игрок получает восемь карточек (грусть, радость, гнев, отвращение, удивление, страх, интерес, обида). Перечень можно дополнять и изменять. Главное, чтобы у всех участников был одинаковый набор карточек. Правила: каждый загадывающий игрок придумывает слово, ситуацию или понятие, которые ассоциируются у него с эмоцией. Затем он выкладывает карточку в круг рубашкой вверх. Остальные должны отгадать, что это за эмоция. В этой игре дети легко раскрывают свои эмоции. А родители могут узнать о несоответствии своего восприятия с детским видением мира. Например, первый день в школе может вызывать у ребенка страх или злость. А у мамы первое сентября будет ассоциироваться с радостью.

Игра: «Я удивлюсь, если...»

Суть игры проста. Вы придумываете забавные ситуации, которые могут вызвать удивление. Например, я удивлюсь, если ты наденешь мое платье. Я удивлюсь, если папа вернется домой в костюме супергероя. И так далее. Это не только возможность повеселиться, но и отличная тренировка воображения и находчивости. Игра так же помогает детям понять, что такое «ожидаемое» и «неожиданное».

Игра: «Угадай по голосу»

Еще одна форма игры – угадывать эмоции по интонации. Попробуйте произносить фразы по-разному. Пусть ребенок попробует угадать, что вы испытываете. Теперь предложите ребенку произносить простые фразы с разными эмоциями, как будто вы разговариваете по телефону. Примеры: «Сегодня на завтрак была овсянка», «Мама вернулась с работы», «Мы едем к бабушке на выходные»

Игра: «Облако эмоций»

Предложите ребенку на свой вкус нарисовать грустное облако, радостное, обиженное, злое, счастливое и так далее. Нарисуйте, как вы видите облака с разными эмоциями. Сравните рисунки. Эта игра не только развивает воображение, но и помогает наглядно увидеть разницу между восприятием.

«Кукольный театр». Приглушайте свет и устраивайте домашний театр. Это в очередной раз объединит всю семью. Ребенок повторит любимую сказку и выразит разные эмоции, возможно в пении, обыгрывая чувства персонажей.

Если говорить об эмоциональном интеллекте, то хочется еще раз напомнить, что новые знания и умения откладываются в сознании человека лучше, когда есть эмоциональная поддержка родителей.