

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №18 Г. Йошкар – Олы «Изюминка»**

**Консультация для воспитателей
на тему:
«Развитие эмоционального интеллекта
у детей дошкольного возраста посредством
занятий ритмикой»**

**Провела:
Прозорова А.В., воспитатель**

**г. Йошкар – Ола
2020 г.**

Жизнь человека очень насыщена различными явлениями, предметами, и ничто не оставляет его равнодушным. Человек не только познает объективную и субъективную действительность, но и относится определенным образом к предметам, событиям, к другим людям, к своей личности, а любые проявления активности личности сопровождаются эмоциональными переживаниями, т. е. проявляет человек эмоции и чувства.

Эмоции (от лат. *emoveo* — потрясаю, волну) — это переживание человеком своего личного отношения к тем или иным явлениям окружающей действительности,

- субъективное состояние, которое возникает в процессе взаимодействия с окружающей средой или при удовлетворении своих потребностей.

К выразительным формам эмоций относятся: жесты (движения рук), мимика (движения мышц лица), пантомимика (движения всего тела), эмоциональные компоненты речи (сила и тембр, интонации голоса), вегетативные изменения (покраснение, побледнение, потоотделение).

Без эмоций и чувств невозможно восприятие окружающего мира. Эмоции и чувства направляют наше внимание на важные события, они готовят нас к определённым действиям и влияют на наш мыслительный процесс. Без эмоционального осознания, мы не в состоянии в полной мере понять нашу собственную мотивацию и потребности, а также эффективно общаться с другими людьми. То, как мы себя чувствуем, влияет на то, как мы думаем и о чём мы думаем. Для людей вокруг важен не только ваш ум и обширные познания, им так же важно то, как вы говорите, насколько с вами приятно просто находиться рядом, насколько вы готовы и умеете взять на себя ответственность, вдохновить, отстаивать свою позицию.

В российской педагогике понятие «эмоциональный интеллект» не является новым. Многие ученые об этом явлении писали, используя другие термины в зависимости от особенностей его выражения: Л.С. Выготский – «обобщение переживаний», А.В. Запорожец - «эмоциональное воображение», В.С. Мухин – «разумность чувств». И так как, основы будущей

личности закладываются в дошкольном возрасте, то проблема развития эмоциональной сферы дошкольников актуальна и достаточно сложна. В отличие от интеллектуального развития развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание. А ведь сама по себе эмоциональная сфера не складывается - ее необходимо формировать, так как именно от коэффициента эмоционального развития, согласно новейшим исследованиям, успешность человека зависит почти на 80 %, а от коэффициента умственного развития лишь на 20 %.

Одним из приоритетных направлений в образовательной области «Социально-коммуникативное развитие» вступившего в силу ФГОС ДО является развитие социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирование уважительного отношения и чувства принадлежности к своей семье.

Насколько детям необходимо изучать свой организм и окружающий мир, настолько им также необходимо изучать и свой внутренний мир. Совершенствование логического мышления и кругозора ребенка еще не является залогом его будущей успешности в жизни. Поэтому не менее важно, чтобы ребенок овладел способностями эмоционального интеллекта, а именно: умением контролировать свои чувства так, чтобы они не «переливались через край»; умением определять свои чувства и принимать их такими, какие они есть (признавать их); умением эффективно общаться с другими людьми, находить с ними общие точки соприкосновения; способностью распознавать и признавать чувства других, представлять себя на месте другого человека, сочувствовать ему и т.д..

В последнее время отмечается резкий рост числа детей с разными формами нарушений психо-эмоциональной сферы. В дошкольные учреждения приходит всё больше детей с такими особенностями в эмоциональном развитии, как:

- неустойчивость эмоционально – волевой сферы, что проявляется в невозможности на длительное время сконцентрироваться на целенаправленной деятельности.

- трудности в установлении коммуникативных контактов; дети не готовы к эмоционально теплым отношениям со сверстниками, у них могут быть нарушены эмоциональные контакты с близкими взрослыми, они слабо ориентируются в нравственно-этических нормах поведения.

- проявление эмоциональных расстройств: нарушение самоконтроля во всех видах деятельности, агрессивность поведения и его провоцирующий характер, суетливость, частую смену настроения.

- симптомы органического инфантилизма: отсутствие ярких эмоций, тревожность, бедность психических процессов, гиперактивность.

А эти нарушения мешают нормальному психическому, умственному, физическому, эмоциональному развитию ребенка.

Важно систематизировать развитие социального и эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста. Опыт эмоционального отношения к миру, обретаемый в дошкольном возрасте, по мнению психологов, является весьма прочным и принимает характер установки.

Поэтому перед нами стоит цель:

- Формирование у детей эмоционально – мотивационных установок по отношению к себе, окружающим, сверстникам и взрослым людям.

- Развитие навыков, умения и опыта, необходимых для адекватного поведения в обществе, способствующего наилучшему развитию личности ребенка и подготовки его к жизни.

И вот здесь бесценную помощь может оказать музыка. Именно музыка – прекрасное средство, помогающее делать первые шаги в развитии эмоционального интеллекта. Исследования ученых показывают, что именно музыкальное искусство представляет неисчерпаемые возможности для расширения и обогащения эмоционального опыта дошкольников.

Ритмика – особый вид музыкальной деятельности, передающий содержание музыки, настроение, характеры образов с помощью движений. При этом за основу берется музыка, а танцы и образные движения служат для более глубокого понимания и восприятия музыкального произведения.

Танцевальные и гимнастические движения под музыку применялись для воспитания и развития детей еще с древних времен (в Греции, Китае, Индии). Но как метод воспитания ритмику впервые обозначил швейцарец, композитор и педагог Эмиль Жак-Далькроз.

Ритмика учит ребенка чувствовать музыку, ее характер, способствует развитию творческого воображения, формирует навык самовыражения с помощью движений, помогает дать выход отрицательной энергии, поднимает настроение, снимает излишнее нервное напряжение, способствует развитию инициативы, формирует уверенность в себе.

Дети, занимаясь ритмикой, учатся выражать жанр музыкального произведения движениями, посредством сюжетно-ролевых танцевальных игр развивают равновесие, восприятие, память, внимание, мышление.

Как видно, регулярные занятия ритмикой весьма полезны для улучшения физической формы малышей дошкольного возраста. Помимо прочего, это способствует улучшению осанки, укреплению связок и мышц. Детишки становятся грациознее, раскованнее, их движения обретают выразительность.

Танцы (национальные танцы (включая хороводы), парные, танцы-импровизации), входящие в программы по ритмике для дошкольников, обычно просты для исполнения детьми, доступны им, но при этом доставляют массу радости. Все они предназначены для группового исполнения, что помогает малышам развивать коммуникативные навыки. Хороводы и пляски учат малышей быть внимательными к партнерам, синхронизировать с ними движения, реагируя на ритм танца.

Педагоги детских садов используют различные программы по ритмике для детей. Но все они строятся с учетом возрастных психофизических особенностей и навыков детей на каждом возрастном этапе. Основная задача

занятий состоит в развитии у ребенка способности выражать эмоциональное восприятие музыки с помощью движений в танце, а также благодаря мимике и жестам. На таких занятиях детки приобретают грациозную походку, учатся владеть телом, раскрепощаться для выступлений на публике.

Кроме того, такие программы решают и другие задачи: прививают детям основы музыкальной культуры; помогают развивать эмоциональную восприимчивость и отзывчивость на различную музыку, а также чувство ритма, слух, музыкальную память; учат детей оценивать движения (свои и других ребят), создавать собственные игровые образы.

В результате занятий ритмикой для детей опорно-двигательный аппарат работает в оптимальном положении, без излишних нагрузок, что, в свою очередь, создает все условия для гармоничного развития всех органов. Кровообращение активизируется во время занятий ритмикой плавно и без резких нагрузок, а это в сочетании с увеличением доставки кислорода в легкие является идеальным физиологическим тренингом. Именно поэтому многие известные врачи и ученые рекомендуют для здорового развития детей именно танцевальную ритмику, особенно для развития эмоционального интеллекта.

Последнее время все чаще, даже в средствах массовой информации, возникает разговор о важности развития эмоциональных способностей и их успешном влиянии на жизненные качества человека. Сегодня социальное положение людей оценивается, прежде всего, его успешностью и эффективностью, а если быть более точным, то перспективной полезностью для окружающих. Различные формы общения на занятиях детской ритмикой, в ракурсе выражения и восприятия мыслей, эмоций и чувств отлично способствуют развитию эмоционального интеллекта.

Уроки ритмики в этом направлении могут стать отличным средством формирования гармоничного развития личности у ребенка. Педагог занятий по ритмике концентрируется именно на реализации музыкального восприятия детей, через физическую активность и пластику движений. Это, как нельзя лучше, развивает творческие способности, чувство ритма и художественный

вкус, что способствует замечательному воспитанию эмоциональной культуры и духовному развитию. Занятия ритмикой для детей развивают тонкое восприятие, а так же способность более точной передачи детьми невербальной информации, которую окружающие воспринимают как более достоверную. Все это делает танцевальную ритмику уникальным и эффективным средством развития эмоционального интеллекта. Ритмика помогает социальной интеграции ребенка. Естественно, занятия ритмикой в первую очередь дают малышам много общения.

Начиная заниматься танцами в детском возрасте, можно изменить образ мыслей, улучшить отношение к окружающим. Таким образом, танец является чем - то большим, чем просто движения под музыку. Это способ работы над собой, помогающий добиваться успехов в любой сфере деятельности. Занятия танцами дарят ребенку радость движения, общения, обогащают его внутренний мир и помогают познать себя.

Литература

1. Данилина Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практ. работников ДОУ/ Т.А. Данилина, В.Я. Зедгенидзе, Н.М. Степина. - 2-е изд. - М.: Айрис-пресс, 2006.
2. Елисеева Е.И. , Родионова Ю.Н. Ритмика в детском саду. Методическое пособие для педагогов ДОУ. – М.: УЦ «Перспектива», 2012. С. 76-85.
3. Зимина А.Н. Образные упражнения и игры в музыкально-ритмическом развитии детей. М., 1998.
4. Изотова Е.И. Амплификация эмоционального развития детей в условиях дошкольного учреждения. // Психолог в детском саду, 2007, -N 1. (С. 57-74).
5. Молодой ученый. — 2016. — №23.2. — С. 95-98. — URL <https://moluch.ru/archive/127/35352/> (дата обращения: 04.03.2020).
6. Нгуен Минь Ань. Развитие эмоционального интеллекта. // Ребенок в детском саду, 2007,- N 5. (С. 80-87).

7. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Примерная основная образовательная программа дошкольного образования. Под ред. Н. Е. Вераксы, Т. С. Комаровой, М. А. Васильевой, 2015

8. Пыркова И. Ю. Развитие эмоциональной отзывчивости на музыку дошкольников раннего возраста // Сауко Т. Н., Буренина А. И. Топ — хлоп, малыши. СПб. 2001.

9. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста. / Под ред. А.В. Запорожца, Я.З. Неверович. – М.: Педагогика, 1986.