

**ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ ОҚУ - АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ
БАЛАЛАРДЫ ЕРТЕ ДАМУЫ ИНСТИТУТЫ**



**РУКОВОДСТВО ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО
ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ 0-5 ЛЕТ**

Астана 2025

*Разработаны на базе Института раннего развития детей
Министерства просвещения Республики Казахстан*

Руководство по развитию эмоционального интеллекта у детей 0-5 лет:
Руководство. – Астана, 2025. – 19 стр.

В методическом пособии представлены описание возрастных особенностей эмоционального развития, игры и упражнения на распознавание, выражение и регулирование эмоций, работа с базовыми эмоциями (радость, грусть, гнев, страх), включение элементов игры, истории, ролевых диалогов и обсуждений в быту и в группе.

Данное Руководство разработано на основе программы «Беске дейін үлгер (Успеть до пяти)» и предназначено для педагогов дошкольных организаций и родительской общественности.

Руководство рассмотрено и рекомендовано Научно-методическим советом Института раннего развития детей МП РК (протокол № 6 от 27 мая 2025 года).

Институт раннего развития детей, 2025 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Главным аспектом, в развитии эмоционального интеллекта у детей дошкольного возраста, развитие способности понимать чувства другого ребенка, взрослого, ставя себя на его место и чувствуя его переживания и эмоции. В первую очередь речь идет о развитии эмпатии, осознанного противостояния злу и проявлению радости за другого.

Дети, любого возраста, очень эмоциональны, от природы они имеют целую гамму чувств, но еще не могут контролировать их. Задача взрослых, помочь детям научиться понимать, различать свои эмоции и эмоции окружающих. Развивать эмоциональный интеллект дошкольников. Что же такое эмоциональный интеллект?

Эмоциональный интеллект (от англ. emotional intelligence, EI) определяется как способность человека распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желания других людей и свои собственные, а также способность управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач.

У детей дошкольного возраста эмоциональный интеллект может быть представлен как основа развития положительной адаптации и социализации в человеческом обществе. Умение распознавать, проявлять эмоции поможет ребенку при социализации, для оценки окружающей действительности. Если же говорить о дальнейшей жизни, то высокий эмоциональный интеллект снижает уровень стресса на работе, помогает легче добиваться профессионального успеха и справляться с неудачами, выстраивать гармоничные отношения с партнером и строить крепкую семью.

В свою очередь, недостаточное развитие эмоционального интеллекта грозит ребенку беспричинными слезами, криками. Ребенок просто не понимает, что с ним происходит, и не может справиться со своими базовыми эмоциями: страхом, печалью, радостью, удивлением.

Целевой ориентир, который затрагивает развитие эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста, определяет следующие характеристики: «ребенок обладает установкой положительного отношения к миру, другим людям, самому себе, обладает чувством собственного достоинства; активно взаимодействует со сверстниками и взрослыми, участвует в совместных играх. Способен договариваться, учитывать интересы других, адекватно проявляет свои чувства, в том числе чувство веры в себя, старается разрешать конфликты».

Для того чтобы оказать детям дошкольного возраста помощь в развитии их эмоционального интеллекта, необходимо разобраться с возрастными особенностями развития эмоций у детей дошкольного возраста.

Особое внимание заслуживает международная программа «Беске дейін үлгер (Успеть до пяти)» (далее - Программа), разработанная совместно с австралийским фондом Minderoo, направленная на поддержку раннего детского развития. Программа акцентирует внимание на пяти ключевых

аспектах благополучия ребенка, включая развитие эмоциональной устойчивости и способности к сопереживанию. Она предоставляет практические рекомендации для родителей, воспитателей и специалистов дошкольного образования, способствуя формированию здоровых эмоциональных связей, развитию саморегуляции и построению позитивного опыта взаимодействия с окружающими. Использование принципов программы в дошкольной практике может значительно усилить эффективность работы по развитию эмоционального интеллекта у детей.

ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Эмоциональная сфера ребенка развивается в процессе общения со взрослыми и сверстниками. Недостаток эмоциональных контактов может привести к задержке эмоционального развития, которая может сохраниться на всю жизнь.

Для развития эмоциональной сферы ребенка также важны доброжелательные взаимоотношения в семье.

Неправильное общение в семье, как правило приводит:

- односторонняя привязанность, чаще всего к матери, приводит к ослаблению мотивации в общении со сверстниками;
- ревность при появлении второго ребенка в семье, первый ребенок начинает чувствовать себя обделенным;
- выражение взрослыми отчаяния по малейшему поводу, угрожающему ребёнку, приводит к тревожности.

Эмоциональная сфера ребёнка интенсивно развиваются в ведущей деятельности детей дошкольного возраста - в игре. Выполнение совместных трудовых заданий (уборка участка, групповой комнаты) развивает у детей эмоциональное единство группы.

Педагогам и родителям необходимо знать возрастные особенности детей, иначе появляются не совсем верные оценки поведения ребёнка.

Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста имеет свои характеристики.

Детям от 1 года до 2 лет в эмоциональной сфере присущи: отсутствие эмпатии, характерные эмоциональные реакции, связанными с его желаниями неумением выбирать и принимать решения, эгоцентризмом. Вместе с тем, зарождается самосознание - ребёнок узнаёт своё отражение в зеркале, отзывается на имя, пытается быть самостоятельным, начинает употреблять местоимение «я». Также, ребенок ещё не умеет предвидеть последствия своих действий. В этом возрасте для ребёнка важна оценка взрослого, ребёнок эмоционально реагирует на неё.

Ребёнок 3-4 лет обладает достаточно разнообразным спектром эмоций. Приобретённые детьми этого возраста новые умения и интересы обуславливают появления целого спектра разнообразных эмоций ребёнка,

вместе с тем потребностей и мотивов. Ребёнок этого возраста уже может чувствовать не только радость или страх, но и ревность, грусть, жалость, гнев, бодрость, нежность, застенчивость, удивление, удовольствие и т. д. Также в этом возрасте детям доступно выражение чувств, при применении разных интонаций и мимики.

Эмоциональная сфера ребёнка 4-5 лет характеризуется следующим образом: у ребёнка более спокойный эмоциональный фон восприятия проявления эмоций по цепочке «желание, представление, действие, эмоция». В этом возрасте развивается эмоциональное предвосхищение: ребёнок старается предвидеть будущий результат и то, как его оценят. Появляются новые мотивы для деятельности, способность оценивать своё поведение.

Зная эти особенности в развитии эмоций, будет интересно понаблюдать за детьми в различных видах детской деятельности, и увидеть, как дети воспринимают друг друга, как меняется проявление эмоциональной составляющей личности ребенка в различном возрасте.

Существуют разные способы развития эмоционального интеллекта дошкольников.

СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1. Сюжетно-ролевая игра - ролевые действия, развитие сюжета, помогают ребенку понять другого, учесть его настроение, пожелания;

2. Трудовая деятельность – помогает достичь положительного результата, испытать радость за совершенный с другими детьми труд или хорошо выполненное поручение;

3. Произведения художественной литературы – помогают ребенку в сравнении себя с положительным героем. Дети дошкольного возраста учатся сопереживать главному герою, оценивать поведение и поступки отрицательных героев;

4. Творческая деятельность - помогает развитию эстетических чувств, формированию чувства прекрасного; перенос понятия «красота» на поведение детей.

Для тренировки и развития эмоционального интеллекта существует множество игр. Большое преимущество таких игр в том, что они веселые и не требуют особой подготовки. Очень важно для взрослого в момент игры быть максимально включенным в процесс: слушать, сопереживать, реагировать <https://youtu.be/cNtUQfPIAqA> , https://youtu.be/gSHPWQ8w_s4 .

Игры с детьми для развития эмоционального интеллекта.

«Баночка эмоций»

«Баночка эмоций» помогает ребенку выразить своё настроение, свое эмоциональное состояние. Ребенок, утром, или в течении дня, опускает в баночку тот смайлик, который соответствует его настроению. Воспитатнику сложно словами выразить свои эмоции, ему проще их показать. Если ребенок

выбрал грустный, сердитый смайлик, то это сигнал, что необходимо помочь ребенку. Педагог подбирает упражнение, игру, приём для улучшения эмоционального состояния ребенка.

«Коробочка радости»

Для развития эмоционального интеллекта вместе с детьми можно сделать «Коробочку радости», которая будет храниться в группе.

Это коробочка помогает:

- сплотить детей группы;
- формировать положительный эмоциональный фон;
- формировать у детей умений управлять своими эмоциями;
- расширять представления детей об эмоциональном состоянии «Радость»;
- развивать коммуникативные навыки.

Для изготовления такой коробочки понадобится

Оборудование:

1. Картонная короба, эстетично оформленная.
2. Сюжетные картинки на тему «Радость»: семья, праздники, отдых и т.д. Картинками коробка обклеена снаружи и внутри.
3. Совместно с детьми группы необходимо подобрать наполнение коробки:

- любимые игрушки из «киндер-сюрприза»
- ракушки
- морские камушки
- шишки
- семейные фото
- книжки малышки
- волшебные палочки
- ленточки
- магнитики
- заколки и т.д.

Каждый ребенок группы должен положить в коробку частичку своей «Радости». Например, ракушка, которую нашёл в море, камушек с бабушкиной дачи, колокольчик — подарок мамы, кораблик, который сделал вместе с папой — или шишка, раскрашенная золотой краской к Новому году.

Вариант игры:

1) Ребенок или несколько детей группы открывают коробку, пересматривают наполнение коробки, вспоминают радостные события, связанные с их собственными предметами (игрушками).

2) Дети могут находить свои «радостные» предметы, а могут брать вещи, положенные другими детьми и фантазировать, с каким приятным событием связана та, или иная вещь, и таким образом повышать свое настроение.

Такие коробочки радости могут быть и индивидуальными. Их можно сделать дома вместе с родителями. Совместная деятельность поможет укрепить взаимоотношения в семье.

«Комплименты»

Эта игра поможет развить коммуникативность, доброжелательность друг к другу.

Педагог в ходе игры объясняет детям значение слова «комплимент» (добрые, приятные слова, которые говорят человеку о нем). Дети садятся в круг, передают мячик по кругу, делая комплименты друг другу. Желательно учить детей описывать не только внешний вид друг друга, а называть положительные черты характера своих друзей. Обязательным условием является то, что ребенок должен поблагодарить сверстника за сказанный комплимент.

«Передай эмоцию»

Игра помогает развивать выразительные движения, наблюдательность, воображение.

Игру начинает педагог, он придумывает и передает настроение (грустное, веселое, тоскливое) с помощью мимики, жестов. Дети, передают его настроение по кругу, угадывают настроение. Затем ведущим становится любой желающий. Действия детей не оцениваются и не обсуждаются. Важно одно: все играющие должны внимательно наблюдать за партнерами и воспроизводить их настроение.

Для полного понимания эмоций детей, родителям рекомендуется:

- вместе нарисовать, как выглядят разные эмоции (например, радость, грусть) на бумаге или на земле, на песке. Спрашивать ребенка, какая часть картинки дает понять, что это та самая эмоция;
- говорить с ребенком об эмоциях. Задавать вопросы: «Что ты чувствуешь, когда злишься (чаще бьется сердце)? Что ты чувствуешь, когда тебе грустно (хочется плакать)? Что ты чувствуешь, когда ты счастлив (хочется улыбаться)?».

Если взрослые научат ребенка говорить о том, как он ощущает эмоции и что они означают, то помогут ему выразить себя, тем самым способствуя здоровью его мозга. Дети, которые не умеют выражать эмоции, могут вести себя неадекватно: например, драться или кричать.

Умение называть и описывать эмоции может помочь семьям выработать общий язык для выражения чувств. Это поможет ребенку выучить новые слова.

Об эмоциях иногда трудно говорить. Тогда может помочь рисование. Так ребенок покажет, что он чувствует, когда расстроен и не может об этом рассказать. Рисование также помогает тренировать мелкую моторику, например при захвате карандаша руками.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоциональное благополучие ребенка – главное условие его физического и душевного здоровья.

Эмоции не исчезают, а откладываются в подсознании. Именно отсюда формируются добрые и злые, жизнерадостные и грустные, открытые и замкнутые люди. Очень важно научить ребёнка бороться и побеждать страх, злость, жадность; важно научить удивляться и заботиться, грустить и радоваться, сочувствовать и гордиться.

Важным условием становления эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста является первичная структура социализации – семья. Только в сотрудничестве с родителями педагог может добиться успеха. В ходе сотрудничества должна образовываться атмосфера доверия и плодотворного взаимодействия.

Эмоции являются важной составляющей жизни каждого человека, непосредственно влияя на повседневную деятельность. Если создать оптимальный воспитательный микроклимат, ребенок обязательно построит позитивный образ самого себя, разовьет эмпатию, необходимые социальные навыки, характеризующие эмоциональный интеллект, развитие которого должно быть одним из приоритетных направлений в работе детского сада.

Именно от успеха в воспитании зависит то, в какой мере дети станут ответственными и внимательными членами нашего общества.

Развитие эмоционального интеллекта дошкольников – важный и необходимый этап в развитии личности ребенка и является значимым фактором повышения психологической культуры в детском обществе в целом.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1.  Программа «Беске дейін үлгер (Успеть до пяти)»
<https://thrivebyfive.kz>
2. Борохович Л.Ю. Способы развития инициативы и самостоятельности в культурных практиках детства // Воспитатель ДОУ. – 2015. – № 11.
3. Педагогическое взаимодействие в детском саду. Метод. пособие / под ред. Н. В. Микляевой. – М.: ТЦ Сфера, 2013. – 128 с.
4. Е.А. Сергиенко, Е.А. Хлевная, Т.С. Киселёва. «Эмоциональный интеллект ребёнка и здравый смысл его родителей». – Издательство: Малыш, 2021. – 84 с.

СОДЕРЖАНИЕ

1	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	11
2	ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	12
3	СПОСОБЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	13
4	ЗАКЛЮЧЕНИЕ	17
5	СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	18