**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение Снежинского городского округа**

**«Детский сад компенсирующего вида № 21»**

**Материалы к консультации для родителей**

**на тему:**

**«Развитие социального и эмоционального интеллекта детей дошкольного возраста»**

Составители

воспитатели

Томилова Юлия Александровна

Фомина Ирина Александровна

**Снежинск**

**Воспитатель**: Здравствуйте, дорогие родители!

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС) одной из приоритетных задач ставит охрану и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. В разделе 2.6. ФГОС «Социально-коммуникативное развитие» отмечена важность развития социального и эмоционального интеллекта, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, формирования готовности к совместной деятельности со сверстниками.

**Воспитатель**: Как вы понимаете выражение – эмоциональный интеллект? (мнения родителей)

**Воспитатель**: Эмоциональный интеллект – это способность человека управлять самим собой и другими людьми.

Эмоциональный интеллект играет важную роль в жизни каждого человека.

**Воспитатель:** Исследователи установили, что около 80% успеха в социальной и личной сферах жизни определяет именно уровень развития эмоционального интеллекта, и лишь 20% - всем известный IQ – коэффициент интеллекта, измеряющий степень умственных способностей человека.
Оказывается, что совершенствование логического мышления и кругозора ребенка ещё не является залогом его будущей успешности в жизни.
Гораздо важнее, чтобы ребенок овладел способностями эмоционального интеллекта, а именно:

* умением контролировать свои чувства так, чтобы они не “переливались через край”;
* способностью сознательно влиять на свои эмоции;
* умением определять свои чувства и принимать их такими, какие они есть (признавать их);
* способностью использовать свои эмоции на благо себе и окружающим;
* 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.

**Воспитатель: Особое значение в развитии эмоционального интеллекта отводится в семье.**

Сегодня перед родителями стоит сложная задача воспитать не только здорового и образованного ребёнка, но ещё и эмоционально развитого, то есть счастливого и потенциально успешного в будущем.

**Воспитатель:** Исследования показали, что ЭИ ребенка становится следствием проявления навыков ЭИ родителей, а не их личного (детского) опыта переживаний (стрессов, негативных ситуаций). Дети усваивают навыки ЭИ родителей. Не имея перед собой родительского примера, дети лишаются наилучшего источника обучения.
Чтобы помочь детям разобраться в собственных чувствах, надо, прежде всего, не мешать им свободно их проявлять. Маленькие дети ещё не способны к сложным размышлениям о происходящих событиях, НО их сознание, как губка, впитывает впечатления и переживания.
У детей лучше, чем у взрослых, развита интуитивная способность, улавливать чужое эмоциональное состояние, поскольку они не придают такого значения словам, как взрослые.
Важно не упустить это благодатное время для развития у ребенка эмпатии, сострадания, общительности, доброты. Для сопереживания и умения проявлять адекватные реакции на чужие эмоции ребенку нужен опыт совместного проживания своих эмоций и эмоций партнера по общению при различных по характеру эмоциональных воздействиях.

**Воспитатель:** Уважаемые родители! Предлагаю вам на короткое время побыть в роли наших **детей, чтобы вы смогли сопереживать и проявить свои эмоции.**

**КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «КОРОБКА ДОБРЫХ ПОСТУПКОВ»**

**Воспитатель:** Полезно дома поставить такую коробочку для поддержания доброжелательного отношения друг к другу, создания положительного эмоционального настроя в семье, развития умения замечать и ценить положительные поступки, совершенные другими людьми.

**Правила игры:**

Каждый из участников складывает в коробку «добрые поступки» (камешки, кубики, пуговицы и т.д.) окружающих людей: друзей, родителей, братьев и сестер, знакомых.

Например, ребёнок говорит: «Папа помог соседу починить дверной замок»; «Сестра Наташа вместе с мамой испекла вкусный пирог»; «Миша научил меня кататься на велосипеде». Подсчитайте, сколько всего добрых дел сделали ваши родственники.

**КОММУНИКАТИВНАЯ ИГРА «ДОРИСУЙ РИСУНОК»**

**Воспитатель:** Игра дает возможность проявить себя, здесь фантазия ничем не скована. В эту игру с удовольствием играют даже очень застенчивые дети.

Игра очень простая. В нее можно играть даже вдвоём.

**Правила игры:**

 Один человек начинает рисовать – рисует на листе бумаге закорючку. Второй игрок пары продолжает рисунок и вновь передает бумагу и карандаш первому игроку. Первый игрок снова продолжает и так до тех пор, пока рисунок не будет закончен.

Если играть с группой, то игра проводится немного по-другому. Все игроки сидят в кругу. Они одновременно начинают рисовать рисунок на листе бумаги и по сигналу ведущего передают свой рисунок соседу слева. А сами получают рисунок от соседа справа. Каждый игрок дорисовывает полученную закорючку и по сигналу ведущего снова передаёт лист бумаги соседу слева. Так по кругу двигаются все рисунки до сигнала ведущего об окончании игры. Затем получившиеся рисунки рассматриваются. Обсуждаем, что было задумано первым игроком, который начинал рисовать, и что получилось.

**Воспитатель:** Уважаемые родители!Коммуникативные игры для детей имеют мощный воспитательный и обучающий эффект. Они позволяют детям сблизиться, учат проявлять заботу, сочувствие и внимание к сверстникам, формируют у детей положительное отношение к себе и другим людям, повышают уверенность в себе.

Коммуникативные игры –  это тот «инструмент», который у вас всегда под рукой и доступен везде – дома, на прогулке, в отпуске.
Желаю Вам успехов!

**Памятка для родителей**

**«Несколько шагов для развития эмоционального и социального интеллекта ребенка»**
1. Четко выражайте свои чувства.
2. Обращайте внимание на то, что волнует ребенка.
3. Разговаривайте с ребенком о чувствах.
4. Старайтесь реагировать адекватно.
5. Влияйте на эмоции ребенка.
6. Разъясняйте непонятные чувства и эмоции ребенку.
7. Понаблюдайте за своими собственными эмоциями и чувствами.
8. Помогайте ребенку преодолевать негативные эмоции.
9. Научите ребенка управлять своими чувствами и эмоции.

**Памятка для родителей**

**«Несколько шагов для развития эмоционального и социального интеллекта ребенка»**
1. Четко выражайте свои чувства.
2. Обращайте внимание на то, что волнует ребенка.
3. Разговаривайте с ребенком о чувствах.
4. Старайтесь реагировать адекватно.
5. Влияйте на эмоции ребенка.
6. Разъясняйте непонятные чувства и эмоции ребенку.
7. Понаблюдайте за своими собственными эмоциями и чувствами.
8. Помогайте ребенку преодолевать негативные эмоции.
9. Научите ребенка управлять своими чувствами и эмоции.

**СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ**

**по развитию эмоционально и социального интеллекта**

**1. Первое и самое важное — принять своего ребенка таким, какой он есть.** Вся его индивидуальность, особенности характера, внешности и духовные качества — это данность, которая нуждается в полном принятии и безусловной любви.

**2. Развитие всех пяти чувств.** Раскройте перед ребенком этот мир во всем его многообразии. Тут замечательными помощниками могут стать коробочки эмоций, в которых собраны предметы, напоминающие определенное чувство, переживание, навык. Очень сложно объяснить ребенку, что такое счастье, но ему можно дать послушать, как оно звучит, каков его аромат и вкус. Дайте ребенку послушать колокольчик, ощутить аромат апельсина и попробовать на вкус шоколад. Детские ассоциации сработают лучше любых слов!

**3. Спорт.** Физическое развитие напрямую связанно с развитием речевых и других важных функций мозга. Доказано, что во время физической активности улучшается мозговая деятельность, восстанавливается кровообращение, налаживается работа всех жизненно важных процессов. При этом наш мозг рассчитан на ходьбу на расстояния до 19 километров в день! Движение — это жизнь, поэтому спорт для детей важен как кислород.

**4. Приключения.** Создавайте для ребенка каждый день новые приключения. Ломайте шаблоны и показывайте этот мир с новой стороны. Очень важно, чтобы это были позитивные моменты, приятные знакомства, интересные игровые пространства. Такая атмосфера способствует социализации и развитию символического мышления, благодаря которому мы учимся понимать намерения и мотивацию других людей.

**5. Музыка.** Не пренебрегайте классической музыкой, ведь она общается с нами исключительно через чувства. Для ее понимания не нужно знать языка или видеть движений музыканта. Поэтому для ребенка это самый простой и действенный способ познакомиться с миром эмоций.

**6. Чтение.** Читайте ребенку сказки с воодушевлением, с эмоциями. Старайтесь привить ему любовь к книгам. Покажите, насколько интересен мир фантазии. Такой поход развивает воображение, расширяет словарный запас, но самое главное — с помощью сказки ребенок лучше начинает понимать свои и чужие эмоции.

**7. Игра — это еще один ключ к развитию EQ.** Играя с ребёнком, вы можете проявлять самые разные чувства, показывать на примере вымышленных персонажей как негативные, так и позитивные эмоции, обращать его внимание на их намерения и поступки. Этот бесценный опыт ребенок с успехом будет переносить и в реальную жизнь.

**8. Сон.** Недостаток сна негативно влияет почти на все сферы жизни. А ребенку на стадии развития полноценный сон и умение расслабляться просто жизненно необходимы. Для того чтобы научиться переходить в расслабленное состояние, можно взять пример с нашего сердца — за всю жизнь оно бесконечное количество раз сжимается и разжимается.

Разучите игру «Сердце»: возьмитесь за руки и образуйте ими контуры сердца. Сильно-сильно напрягаем все мышцы тела — и расслабляемся, можно даже упасть, если игра на мягком полу. И так несколько раз. Практикуйте эту игру вместе с ребенком — так он научится быстро переходить из одного состояния в другое.

Отдельное внимание стоит уделить ритуалу укладывания. Очень важно придерживаться устоявшихся традиций — например, чистим зубы, обливаем ноги контрастной водой, после чего укладываем ребенка в кровать. Читаем сказку при свете настольной лампы около 10-12 минут, выключаем свет, целуем, говорим, как сильно любим, подтыкаем одеяло и выходим из комнаты.

**9. Социализация.** С самого раннего возраста приучайте ребенка к коллективным занятиям — имеется в виду опыт общения вдвоем или втроем. В семье — это совместная уборка или творчество. С гостями — это пара интересных игр для двух или трех детей. Именно в общении с детьми происходит практическое освоение чувств и эмоций. Контактируя со сверстниками, ребенок учится определять настроение окружающих.