Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад № 268 городского округа город Уфа Республики Башкортостан

ПРОЕКТ

«ЧУДЕСНЫЙ КУБ»

Тема: «Учимся справляться с негативными эмоциями»

Автор проекта:

педагог-психолог

Учителева Э.А.

г. Уфа, 2026 г.

**ПАСПОРТ ПРОЕКТА**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название проекта** | «ЧУДЕСНЫЙ КУБ» |
| **Тема** | «Учимся справляться с негативными эмоциями.  Управление гневом» |
| **Проблема** | Рост эмоционально-психологического напряжения среди взрослых приводит к распространению невротических явлений среди детей, они легко перенимают образцы агрессивного поведения взрослых, демонстрируя их в детском саду. |
| **Актуальность** | Эмоции – это часть психической жизни личности**,** определяющая отношение человека к окружающей действительности и самому себе. Эмоции**с**опровождают все происходящие в жизни события, направляют активность всех психических процессов**.**  Согласно ФГОС ДО И ФОП ДО, в модели выпускника ДОУ определены качества личности, уважающей ценности общества, нормы, морали и чувства окружающих людей, эмпатийные переживания.  Основным приоритетом сегодня выступает личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком — принятие и поддержка его индивидуальности, интересов и потребностей, развитие творческих способностей и забота о его эмоциональном благополучии. Большинство педагогов достаточно ясно осознают эти новые общественные тенденции, и проявляют живой интерес к современным образовательным программам и технологиям.  Современные данные психологических, социологических, медицинских исследований показывают, что в России увеличилось число людей, проявляющих в поведении агрессивные тенденции и стремления. Это объясняется социально-психологическим фоном жизни, который и определяет выбор соответствующего типа коммуникативного взаимодействия – агрессивного, защитного.      В связи с этим для практической педагогики и психологии актуальна задача поиска наиболее эффективных путей выявления, профилактики и преодоления этого негативного факта. Одним из ключей к решению проблемы является развитие умений детей жить в обществе сверстников и взрослых, понимать их, отзываться на чужие переживания, справляться со своими отрицательными эмоциями, выражать их в социально приемлемой форме.  Способствовать становлению и закреплению этих умений в повседневном общении с окружающими в полной мере доступно педагогам дошкольного учреждения, используя различные игры и пособия.  В моей работе с детьми дидактические игры и пособия занимают особое место. Они способствуют:  -повышению активности детей в процессе коррекционно-развивающих занятий;  -формированию интереса к познавательной деятельности:  -решению коррекционно-развивающих задач, например, учиться моделировать жизненные схемы и принимать решения, развивать навыки самоконтроля.  В дидактическом пособии «Чудесный куб», которое я активно использую в своей профессиональной деятельности, собраны игры, упражнения, игровые задания, побуждающие ребенка к развитию, обучению, свободному активному общению со взрослыми и сверстниками.  Многофункциональность пособия заключается в том, что его можно использовать в коррекционной работе, в различных видах детской деятельности в зависимости от поставленных задач: в кабинете педагога-психолога, в работе воспитателей, родителей и в самостоятельной деятельности детей. Дидактическое пособие мобильное и легкое в использовании, обучающий инструмент с интересными элементами, соответствует требованиям ФГОС ДО. |
| **Цель**  **проекта** | Разработать и реализовать проект с использованием многофункционального дидактического пособия «Чудесный куб» для формирования и развития у дошкольников конструктивных способов выражения негативных эмоций. |
| **Задачи** | воспитанники:  – снять эмоциональное напряжение, возбуждение и аффективные реакции детей;  – формировать эмоциональное сознание своего поведения;  – обучить детей навыкам самоорганизации и саморегуляции действий, поступков, эмоциональных состояний;  – формировать социально приемлемые, адекватные способы выражения негативных эмоций;  – развивать умение распознать эмоциональное состояние другого человека;  – развивать коммуникативные стороны общения, обогатить опыт общения навыками конструктивного, адекватного поведения;  – воспитывать доброжелательное отношение к окружающему миру.  воспитатели и родители:  - акцентировать внимание родителей на актуальность вопроса о проявлении негативных эмоций;  - расширить представления и знания о возможных причинах появления негативных эмоций у детей, способах взаимодействия с детьми. |
| **Гипотеза** | предполагается, что использование дидактического пособия в проектной деятельности позволит дошкольникам не только справляться с негативными эмоциями, но и развивать познавательную и творческую активность детей. |
| **Участники** | воспитанники старшего дошкольного возраста;  педагог-психолог;  воспитатели;  родители. |
| **Вид проекта** | познавательно-творческий, игровой  индивидуальный/групповой  среднесрочный (октябрь-декабрь 2025г.) |
| **Образовательные области** | социально-коммуникативное развитие, познавательное развитие, речевое развитие, художественно-эстетическое и физическое развитие. |
| **Методы и приемы** | словесный;  игровой;  наглядный;  практический |
| **Принципы взаимодействия**  **с детьми** | - опора на ведущую деятельность;  - сотрудничество и сотворчество;  - учёт возрастных особенностей;  - развитие личностных качеств. |
| **Ожидаемые результаты** | воспитанники:  - сформировались социально приемлемые, адекватные способы выражения негативных эмоций;  - закрепились знания детей о различных эмоциональных состояниях;  - развивается эмпатия;  - повысился уровень навыков самоорганизации и саморегуляции;  - обогатился опыт общения навыками конструктивного, адекватного поведения, действий, поступков;  - повысилась мотивация к самостоятельной деятельности;  - повысилась самооценка;  - развивается мелкая моторика;  - активизируются когнитивные процессы (мышление, внимание, восприятие, память);  - развивается воображение, творчество у детей;  воспитатели и родители:  -повысилась компетентность в вопросах конструктивных способов выражения негативных эмоций;  -повысился уровень вовлеченности родителей в вопросы развития и воспитания детей через игры дома. |
| **Продукты проекта** | - игры-занятия «Учимся справляться с гневом»;  - детские работы (рисунки, аппликации, мандалы);  - картотека: «Пословицы о зле и доброте», «Загадки об эмоциях»; - картотека игр, направленных на управление гневом;  - мультимедийные презентации |
| **Этапы реализации проекта** | **I этап – подготовительный**  Изучение методической литературы, опыта работы по развитию и профилактике эмоционально-личностной сферы детей дошкольного возраста.  Составление плана совместной работы с детьми, педагогами и родителями.  Диагностическое обследование детей, опрос и родителей. (Приложения № № 2-4)  Подбор игр-занятий с детьми. (Приложение № 5)  Подготовка демонстративного и стимульного материала.  Пополнение предметно-развивающей среды (изготовление игр).  Подбор наглядно - информационного и консультативного материала для родителей и педагогов. (Приложения №№ 6-8)  **II этап – практический**  Проведение игр-занятий с детьми с использованием многофункционального дидактического пособия «Чудесный куб».  Консультация для воспитателей « Работа с гневом».  Консультация для родителей «Гнев ребенка. Как справиться?».  Мастер-класс для педагогов  Тренинг для родителей «Негативные эмоции и способы освобождения».  Домашние задания для родителей и детей.  Изготовление продуктов проекта  **III этап – заключительный**  Выявление результатов деятельности по проекту (диагностическое обследование детей, анкетирование воспитателей и родителей).  Оценка эффективности реализации проекта.  Анализ проведенной работы.  Методическое оформление результатов проекта.  Мультимедийная презентация проекта.  Распространение опыта работы. |
| **План реализации проекта** | Работа с воспитанниками:  Октябрь  Диагностика эмоционального состояния детей (методика «Кактус», «Кто есть кто, когда сердится?»).  Игры-занятия:  1. «Термометр ярости»  Цель: выявления эмоциональных состояний «здесь и сейчас».  2. «Письмо гневу»  Цель: отреагирование гнева, негативной ситуации, обучение детей контролю агрессивных импульсов.  3.«Портрет злости»  Цель: снятие состояния агрессии, понимание своего эмоционального состояния, обучение выражению эмоции с помощью рисунка.  4.«Когда я злюсь…»  Цель: формирование и тренировка навыков выражать свои эмоции различными социально – приемлемыми безопасными способами (словесными, физическими, творческими).  5.«Стаканчик для криков»  Цель: формирование умения выражать свой гнев в приемлемой форме (при помощи вербальных средств), снижение эмоционального напряжения.  6.«Ловушка для гнева»  Цель: обучение конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от  раздражительности, злости).  7.«Йога»  Цель: формирование интереса к занятиям детской йогой, как фактора, влияющего на здоровый образ жизни, обретение эмоционального спокойствия, настрой на позитивный лад.  8.«Найди пару» (круги Луллия)  Цель: формирование умения разбираться в эмоциях своих и окружающих.  Ноябрь  9.«Сказка про гнев и добрые дела»  Цель: преодоление негативных эмоций (гнев, обида и др.), понимание своих эмоций и развитие позитивных качеств личности через психотерапевтическую сказку.  10.«Пословицы»  Цель: осознание эмоций другого человека.  11.«Загадки»  Цель: развитие эмоциональной сферы детей  (умение распознавать эмоции), развитие творческого потенциала.  12.«Исправь ситуацию»  Цель: обучение детей конкретным способам правильного разрешения ситуаций общения, образец социально одобряемого поведения.  13.«Палитра. Музыка и цвет»  Цель: коррекция негативных эмоциональных состояний.  14.«Зеркала-зверята»  Цель: формирование  умения выражать эмоции, эмоциональные состояния в мимике.  15.«Два домика»  Цель: обучение конструктивным способам преодоления негативных эмоций.  Волшебный сундучок  16. «История одного шарика»  Цель: обучение расслаблению, анализу собственных переживаний, развитие воображения.  17.«Выбрасываем злость»  Цель: эмоциональная разрядка.  18. «Художник»  Цель: выражение своего эмоционального состояния нетрадиционным способом (камешки Марблс).  19.Мемори (эмоции)  Цель: закрепление умения распознавать  эмоции, нахождение парной картинки.  Декабрь  20. «Кто что чувствовал» («Эти разные эмоции»)  Цель: развитие эмоциональной сферы, обучение пониманию эмоций других людей.  21.«Снятие чар» («Сказочные герои», «Волшебные существа»)  Цель: развитие способности к пониманию другого человека и сопереживания ему, развитие коммуникативных навыков.  22.«Хорошо или плохо? (Метафорические ассоциативные карты)  «Я и все-все-все», «Дружок»)  Цель: развитие эмоциональной сферы, коммуникативных навыков, разрешение конфликтных ситуаций.  23.«Плохой поступок»  Цель: закрепление навыков самоорганизации и саморегуляции действий, поступков, эмоциональных состояний.  24.Лабиринт «Прощай, гнев!»  Цель: закрепление умения проявлять и различать человеческие чувства, правильно на них реагировать.  25.Мандалы  Цель: снятие напряжения, изменение эмоционального состояния, выражение своих эмоций, развитие саморегуляции.  Диагностическое обследование детей. |
| с педагогами:  Консультация «Работа с гневом»;  Мастер-класс «Применение многофункционального дидактического пособия «Чудесный куб» в работе с детьми дошкольного возраста. Управление гневом»;  Картотека игр для детей, направленных на управление гневом. |
| с родителями:  Опросник «Ребенок глазами взрослого»;  Консультация «Гнев ребенка. Как справиться?».  Тренинг ««Негативные эмоции и способы освобождения»;  Картотека игр для детей «Учимся управлять гневом»;  Мастер-класс на родительском собрании «Управление гневом».  Домашние задания для родителей и детей (чтение сказок, просмотр мультфильмов с детьми о добре и зле; сочинение сказок, историй с детьми по теме; рисование иллюстраций к сказкам). |
| **Заключение** | Для ребенка-дошкольника наиболее характерны эмоциональная неустойчивость, яркость, импульсивность проявления эмоций, что постепенно сменяется большей адаптивностью. Все это определило основную направленность проекта – эмоциональное наполнение жизни ребенка и оказание помощи в осознании эмоций и их регуляции.  Проектная деятельность дала возможность объединить всех участников образовательного процесса: детей, родителей и педагогов.  Включение дошкольников в проектную деятельность, использование дидактического пособия воспитывает самостоятельную и отзывчивую личность, развивает творческие и интеллектуальные способности, способствует формированию целеустремлённости, настойчивости, учит преодолевать трудности и проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. Родители проявляют позитивную и активную позицию, налаживается тесный контакт с участниками проектов, у них складывается доверительное отношение к работе педагогов в детском саду.  Проект реализован полностью. |
| **Интернет-источники** | <https://www.koob.ru/monina/igry_na_upravleniye_gnevom>;  https://www.chitalkino.ru/gnom-i-d/igroterapiya-obshcheniya/;  <https://nikbook.ru/product/snouden-s-upravlenie-gnevom-rabochaya-tetrad-dlya-detey/>; |