

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ИГРОВОГО ПУТЕШЕСТВИЯ

Павлова Мария Александровна

Воспитатель МБДОУ «Детский сад № 5 «Радуга», городского округа г. Урюпинск Волгоградской области.

urp_dsad5@volganet.ru

Метелкина Надежда Александровна

Воспитатель МБДОУ «Детский сад № 5 «Радуга», городского округа г. Урюпинск Волгоградской области.

urp_dsad5@volganet.ru

Титилина Екатерина Сергеевна

Старший воспитатель МБДОУ «Детский сад № 5 «Радуга», городского округа г. Урюпинск Волгоградской области.

fialka_ti@mail.ru

Геркушенко Светлана Владимировна

кандидат педагогических наук, доцент ФГБОУ ВО ВГСПУ, методист МБДОУ «Детский сад № 5 «Радуга», городского округа г. Урюпинск

svetlana@gerkushenko.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема формирования эмоционального комфорта у детей от года до трех лет. На примере игрового занятия «Путешествие в Страну Настроения» раскрываются методы работы с эмоциональными состояниями детей через использование мультимедийных средств, игрового самомассажа и сенсорных игр.

Ключевые слова: эмоциональное благополучие; ранний возраст; игра – путешествие; анимирование героя; самомассаж; сенсорное развитие.

Ранний возраст — это уникальный период, когда эмоциональная сфера ребенка является ведущей в его развитии.

В первой младшей группе ДОО у ребенка развивается социально – эмоциональная сфера, формируются коммуникативные навыки и сфера межличностного взаимодействия, что является залогом для дальнейшего развития социально – эмоционального интеллекта. [1]

Эмоциональное благополучие в этом возрасте служит фундаментом для успешной адаптации к детскому саду, познавательной активности и физического здоровья. Однако дети от одного года до трех лет еще не умеют самостоятельно регулировать свои чувства. Эффективным инструментом для решения этой задачи является игровое путешествие.

Почему игровое путешествие эффективно?

Ведущей, наиболее привлекательной деятельностью в дошкольном возрасте является игра, поэтому предлагаемая игра-путешествие строилась на основе

игровых упражнений, направленных, в первую очередь, на обеспечение психологически комфортного пребывания ребенка. [2]

Технология игрового путешествия позволяет ребенку «прожить» определенный сюжет, переключаясь с тревожных мыслей, например, о разлуке с родителями на увлекательную деятельность. В отличие от простых упражнений, путешествие имеет внутреннюю логику и эмоциональную завязку, что удерживает внимание малышей.

Развивая социально-эмоциональную сферу детей от одного года до трёх лет решались следующие задачи:

Образовательные:

- Создание положительного эмоционального настроения.
- Расширение представления детей об эмоциях.
- Учиться вслушиваться в речь взрослого детей первого младшего дошкольного возраста.

Развивающие:

- Развитие умения считывать и воспроизводить ту или иную эмоцию.
- Формирование положительных эмоций.
- Развитие кинетических ощущений, восприятие формы предметов.
- Развитие пространственной ориентации, внимания и мышления.
- Создание условий для сплочения детского коллектива и установления положительного эмоционального настроения в группе.

Воспитывающие:

- Воспитание взаимопонимания, дружелюбия.
- Вовлечение детей в игру-путешествие.
- Вызывание эмоционального отклика на игру-путешествие.

Для реализации задач использовались игровые методы, что способствовало поддержанию интереса участников к деятельности. Все задания и упражнения, соответствовали возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся.

Опираясь на практический опыт, рассмотрим ключевые этапы стимулирования эмоционального благополучия в рамках одного занятия «Страна Настроения».

1. Использование сюрпризных моментов и мультимедиа.

Для игры-путешествия кукла Радужка была анимирована нами с помощью искусственного интеллекта, с целью вовлечь и вызвать эмоциональный отклик у детей на игру - путешествие.

Игра-путешествие началась с видеописьма от Радужки, которое являлось организационным моментом и помогло настроить группу на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. (Рис. 1)



Рисунок 1. Дети смотрят видео-письмо Радужки

В основной части игры-путешествия были применены разнообразные упражнения, которые способствовали развитию внимания и снятию эмоционального и мышечного напряжения, раскрытию творческого и личностного потенциала детей. Перемещение в пространстве на «волшебном поезде» под ритмичную музыку «Чух-чух, паровозик» помогает снять мышечное напряжение и настроить группу на общий ритм. (Рис. 2)



Рисунок 2. Дети отправляются в путешествие на волшебном поезде

2. Работа с телесными ощущениями через самомассаж.

Важнейшим элементом является упражнение-самомассаж «Кто здесь живет?». В раннем возрасте эмоции тесно связаны с телесными ощущениями. Проговаривая потешку и выполняя легкие поглаживания лица, ребенок не только знакомится с названиями эмоций Хмурилка, Дразнилка, Смешилка, но и учится осознанно расслаблять мышцы лица. Это способствует не только снятию психоэмоционального зажима: «Хмурилка» — поглаживание лба; «Бибка» — касание кончика носа; «Улыбка» — мягкие движения в уголках губ, но и развитию умения правильно считывать и выражать эмоции и чувства. (Рис. 3)



Рисунок 3. Дети выполняют самомассаж «Хмурилки»

3. Социализация и тактильное взаимодействие.

Эмоциональное благополучие невозможно без чувства безопасности в коллективе. Включение в сценарий моментов коллективного взаимодействия, таких как фразы «Я люблю себя, я люблю тебя, всех я обниму», формирует доверительную атмосферу. Тактильный контакт, объятия, способствуют формированию дружеских взаимоотношений, сплочению детского коллектива. (Рис. 4)



Рисунок 4. Дети обнимаются и дарят друг другу улыбки

4. Сенсорная разрядка.

В завершающей части путешествия целесообразно использовать сенсорные игры. Например, поиск «разноцветных улыбающихся шариков» в сухом бассейне или с использованием стола для песочной терапии. Поиск предметов в сыпучих материалах оказывает мощный терапевтический эффект, успокаивает нервную систему и приносит ребенку чувство удовлетворения от достигнутого результата. (Рис. 5)



Рисунок 5. Дети ищут «разноцветные улыбающиеся шарики» на песочном столе, засыпанном снегом (манкой).

5. Рефлексия.

В качестве рефлексии можно использовать видео обращение Радужки к детям. Этот этап способствует выражению эмоциональных признаков самосознания детей. (Рис. 6)



Рисунок 6. Дети прощаются с Радужкой

Приведем описание нашего занятия с детьми от года до трех лет.
Ход занятия.

I. Организационный момент.

Воспитатель. Ребята, а у меня для вас есть сюрприз. Вот посмотрите, это письмо, но необычное, а видеописьмо. Давайте его посмотрим.

Видеозапись Радужки. Добрый день, ребяташки: девчонки, и мальчишки! Если вы любите все интересное, сказочное, и умеете удивляться, то я вас приглашаю отправиться в «Страну Настроения».

Воспитатель. Ну, что, ребята, отправимся в путешествие? Так как нас ждёт дальняя дорога, путешествовать мы с вами будем на волшебном поезде.

Скорее, торопитесь,
В вагончики садитесь,
Время приближается,
Поезд отправляется.

(Дети едут в вагончиках под исполняемую воспитателем песню «Паровозик чух-чух-чух».)

Чух - чух, чух - чух - паровозик,
Чух - чух, чух - чух - паровозик,
Он бежит, качается,
Охает, старается...
Оххх, Шшш, Таки-таки, таки-таки,
Оххх, Шшш, Таки-таки, таки-таки.

II. Основная часть.

Стоп! Остановка «Страна Настроение»

1. Видеозапись Радужки. Ребята, вот и приехали в «Страну Настроение». В этой стране живёт много маленьких человечков, которые плачут, смеются, сердятся, боятся (*показ этих человечков на экране*). Их так и зовут Хмурилки, Дразнилки, Смешилки, Бояки.

Воспитатель. А мы тоже начинаем плакать, смеяться, сердиться, бояться, если нажать у нас на лице маленькие кнопочки. Давайте покажем:

Упражнение-самомассаж «Кто здесь живет»:

Здесь живёт Хмурилка (*поглаживание по лбу между бровями*),
Здесь живёт Дразнилка (*поглаживание по крыльям носа*),
Здесь живёт Смешилка (*поглаживание над верхней и нижней губой*),
Это носик – Бибка (*указательным пальцем дотронуться до кончика носа*),
Где твоя улыбка? (*массирующие движения в уголках губ*)

2. Видеозапись Радужки. А еще в этой стране все жители постоянно обнимаются и друг другу улыбаются для того чтобы у всех было хорошее настроение. Давайте и вы подарите друг другу хорошее настроение, обнявшись.

Воспитатель. Я люблю себя,

Я люблю тебя,

Всех я обниму

И улыбку подарю. (*Дети обнимаются и дарят друг другу улыбки*)

Воспитатель.. Какие красивые слова. Давайте скажем их еще раз, чтобы все почувствовали эту любовь. И от этих волшебных слов стало ясно и уютно у каждого на сердце.

3. Видеозапись Радужки. Ребята, вы были сегодня такие внимательные, сообразительные. Я хочу, чтобы каждый из вас получил кусочек хорошего настроения. Поэтому я приготовила для вас сюрприз. Перед вами огромное озеро и в нем живут «разноцветные улыбающиеся шарики», которые дарят хорошее

настроение и уверенность. Ведь когда у человека хорошее настроение он может преодолевать любые препятствия. Только в нашей стране наступила зима, и все вокруг занесло снегом. Поэтому вам придется потрудиться и самим отыскать шарики.

Дети ищут «разноцветные улыбающиеся шарики» на песочном столе, засыпанном снегом (манкой).

Видеозапись Радужки. Молодцы, все шарики нашли. Я вам желаю быть всегда радостными и добрыми. Дарите свои улыбки всем. Я говорю вам до свидания, до новых встреч.

III. Итог.

Воспитатель. И нам пора возвращаться обратно домой.

И снова торопитесь,

В вагончики садитесь,

Время приближается,

Поезд отправляется!

(Звучит музыка поезда, дети едут в вагончиках.)

Чух - чух, чух - чух - паровозик,

Чух - чух, чух - чух - паровозик,

Он бежит, качается,

Охает, старается...

Оххх, Шшш, Таки-таки, таки-таки,

Оххх, Шшш, Таки-таки, таки-таки.

Стоп! Остановка «Детский сад»

Выводы:

Игровое путешествие для детей младшего дошкольного возраста — это не просто форма досуга, а комплексный метод воспитания. Его особенности заключаются в:

- Интегративности: объединение музыки, движения, речи и тактильных ощущений.
- Эмоциональной насыщенности: использование ярких образов и положительного подкрепления.
- Безопасности: создание ситуации успеха для каждого ребенка.

Регулярное использование таких форм работы позволяет не только стабилизировать эмоциональный фон в группе, но и заложить основы эмоционального интеллекта ребенка с самого раннего возраста.

Таким образом, мы формируем предпосылки к развитию социально-эмоционального интеллекта, развивая социально-эмоциональную сферу ребенка.

Ссылки на источники

1. Венгер Л.А. Воспитание сенсорной культуры ребенка/ Л.А. Венгер // Диагностика нервно-психического развития детей раннего возраста, [дата обращения 10.02.2026].

2. Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка / Л. С. Выготский // Психология развития. — СПб: Питер, 2021. — 512 с., [дата обращения 10.02.2026].