**СЕМИНАР ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**

**«Развитие социально- эмоционального интеллекта дошкольников»**

**Цель:**

* **формирование у педагогов понятия социально- эмоционального интеллекта, способах его развития.**

**Задачи:**

* **дать понятие «социально-эмоционального интеллекта», его роли в развитии личности, способах его развития;**
* **показать роль музыки в развитии социально-эмоционального интеллекта.**

Предварительная работа:

* Опрос педагогов: «Что такое социальный интеллект?»

«Нужно ли развивать социальный интеллект? Если да-то как?»

* Раздаточный материал: «**Рекомендации для педагогов по использованию фоновой музыки в воспитательно-образовательном процессе», «Примерное расписание звучания фоновой музыке в режиме дня».**

Оборудование: аппаратура для видеопрезентации; бумага для рисования, карандаши, фломастеры, цветные мелки; «Город эмоций»; аудиозаписи; диск с фоновой музыкой; раздаточный материал.

**Перед началом семинара звучит музыка**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организующая (способствующая концентрации внимания при организованной деятельности)** | И.-С. Бах. "Ария".  А. Вивальди. "Времена года". «Осень».  Ф. Шуберт. "Музыкальный момент".  В.-А. Моцарт. Симфония № 40.  П.И. Чайковский. "Времена года" |

**Выступление педагога- психолога Самохваловой Т.В.**

***СЛАЙД 1.***

Одним из нововведений социально-коммуникативного развития по ФГОС является развитие социально-эмоционального интеллекта дошкольников.

С чем это связано? Что такое социально- эмоциональный интеллект? Зачем он нужен? Нужно ли его развивать и где он нам пригодится? – на эти и другие вопросы мы и попытаемся сегодня ответить.

***СЛАЙД 2.***

Ответьте, пожалуйста, на вопросы: «***Что такое социальный интеллект?***»

«***Нужно ли развивать социальный интеллект? если да, то как?***»

***СЛАЙД 3.***

Впервые понятие «социального интеллекта» стало известно в 1920г и было определено как «**способность правильно понимать одним человеком других людей (Е. Торндайк 1920г.)**», и только в 1990 году было введено понятие «эмоционального интеллекта»: **Эмоциональный интеллект – это «способность воспринимать и выражать эмоции, ассимилировать эмоции и мысли, понимать и объяснять эмоции, регулировать собственные эмоции и эмоции других» (Д.Мэйер и П.Сэловей 1990 г.).**

***СЛАЙД 4.***

Понятия тождественны и отделить их друг от друга невозможно. Почему же к развитию социально- эмоционального интеллекта проявлен такой интерес?

***СЛАЙД 5.***

Дело в том, что наш мозг устроен таким образом, что всегда отдаёт приоритет эмоциям. Вот как это работает: все, что вы видите, слышите, обоняете и осязаете, трансформируется в электрические сигналы, путешествующие по вашему телу. Эти сигналы передаются от клетки к клетке до тех пор, пока не достигают конечной точки путешествия — вашего мозга. Они попадают в мозг через зону, расположенную рядом со спинным мозгом, однако затем перемещаются во фронтальную долю (расположенную прямо за лбом) и лишь потом попадают в участок мозга, отвечающий за рациональное, логическое мышление. Однако все дело заключается в том, что на этом пути импульсы проходят через лимбическую систему — зону, в которой формируются наши эмоции. Поэтому перед тем как в действие вступает ваше рациональное мышление, вы оцениваете происходящее с эмоциональной точки зрения. **Никто из нас не может контролировать эту часть процесса**. Но мы способны контролировать мысли, возникающие после появления эмоции, и именно от нас зависит, как мы будем реагировать на эту эмоцию — после того, как поймем, в чем она состоит.

Поэтому учиться управлять своими эмоциями очень важно.

Именно связь между вашими эмоциональной и рациональной зонами мозга является физическим источником эмоционального интеллекта.

***СЛАЙД 6.***

Когда [эмоциональный интеллект](http://romankalugin.com/emotsionalnyiy-intellekt/) был только открыт, он послужил в качестве недостающего звена, объясняющего интересный феномен: люди с самым высоким показателем интеллектуального развития (IQ) переигрывают людей со средним IQ лишь в 20% случаев, в то время как люди со средним IQ переигрывают людей с высоким IQ в 70%. Такое положение вещей нанесло значительный удар по представлению о важности коэффициента IQ, который прежде казался огромному числу людей источником успеха.

***СЛАЙД 7.***

Таким образом люди с более высоким IQ не являются более успешными в жизни.

Развивать эмоциональный интеллект можно в любом возрасте. Во взрослом возрасте больше потребуется собственных волевых усилий. В детском- помощи взрослого человека.

Какими методами и способами можно развить С-Э интеллект? Теми, которые влияют на наши эмоции: искусство, изобразительная деятельность, телесно- ориентированная терапия, музыка, работа с пиктограммами и т.п. Набор техник и способов развития эмоционального интеллекта достаточно богат. Выбор конкретного подхода зависит в каждом отдельном случае от целей и тех людей, которые задействованы в работе.

***СЛАЙД 8.***

При групповой работе с детьми рекомендуется сочетать разнообразные методы:

* Игры и задания, способствующие овладению приемами межличностного общения, развивающие вербальные и невербальные средства коммуникации;
* Различные виды дискуссий, игр, элементы психодрамы;
* Задания, способствующие повышению самооценки, что приводит к ощущению собственной ценности, уверенности в себе;
* Блок “разминок” и психологических упражнений, направленный на снятие эмоциональных зажимов, свободное проявление и отреагирование эмоций, спонтанное поведение;
* Релаксационные упражнения для снятия психологической напряженности, тревожности; обучения приемам саморегуляции;
* проигрывание разнообразных ролевых ситуаций для обучения владению собственными эмоциями.

***СЛАЙД 9.***

Развивая социальный интеллект, мы: (пять сфер эмоционального интеллекта)  
• *познаем собственную личность*(знаем всё о собственных эмоциях, уверены в себе, уважаем себя, мы самореализованы, независимы);  
• *вырабатываем* *навыки межличностного общения* (межличностные взаимоотношения, социальная ответственность, сопереживание);  
• *способны к адаптации*(умеем решать проблем, оцениваем реальность, умеем приспосабливаться);  
• *учимся управлять стрессовыми ситуациями*  
 (устойчивы к стрессу, импульсивность, контроль);  
• *вырабатываем* *преобладающее настроение* (счастье, оптимизм).

***СЛАЙД 10.***

Таким образом, эмоциональный интеллект- это способность:

* безошибочно различать собственные эмоции и эмоции других людей;
* понимать значение эмоций;
* управлять эмоциями;
* использовать эмоциональные знания и умения для построения взаимоотношений с окружающими.

Как показывает опыт наблюдений- наибольшее влияние на развитие эмоций оказывает музыка, поэтому сегодня мы поговорим о влиянии музыки на человека.

**Выступление музыкального руководителя Королевой О.А.**

***СЛАЙД 11.***

Музыка всегда присутствует в нашей жизни, без нее трудно представить себе существование человечества. А ведь мало кто знает, как влияет музыка на человека. Однако доказано, что она может изменить настроение, взбодрить или усыпить. Мозг откликается на звуки, поэтому их влияние огромно. Зачастую человек даже не может представить себе масштабы этого влияния.

То, как музыка помогает человеку [справиться с трудными жизненными ситуациями](http://constructorus.ru/psixologiya/trudnaya-zhiznennaya-situatsiya.html), вряд ли сопоставимо с каким-либо другим воздействием внешних факторов. Музыка способна создать и поддержать нужное настроение. Она помогает расслабиться (не удивительно, что после работы некоторые люди первым делом, переступая порог собственного дома, включают любимые композиции), а может наоборот — зарядить энергией.

***СЛАЙД 12.***

Впервые научное объяснение влияния музыки на здоровье человека прозвучало из уст древнегреческого ученого и философа Пифагора. Пифагор ничуть не колебался относительно **влияния музыки на организм человека**, и повсеместно доказывал огромное ее воздействие на чувства и эмоции человека, на ум и тело. Он даже ввел такое понятие как — «музыкальная медицина». Он говорил: «*Всякая мелодия синхронизирует работу внутренних органов человека. Когда звучит мелодия, ее акустическое поле налагается на акустическое поле организма и получается, что мы испытываем на себе определенного рода клеточный массаж*.»

***СЛАЙД 13.***

Пифагор ничуть не колебался относительно **влияния музыки на организм человека**, и повсеместно доказывал огромное ее воздействие на чувства и эмоции человека, на ум и тело. Он даже ввел такое понятие как — «музыкальная медицина». «*Душа должна быть очищена от противных рассудку влияний торжественным и величественным песнопением, которому полагается аккомпанировать на лире*» — говорил древнегреческий ученый.

А что же говорит современная медицина о воздействии музыки на людей?

* музыка активизирует сенсорные пути, приглушающие болевые ощущения;
* Ученые из Гонконга выяснили, что занятия музыкой [развивают память](http://constructorus.ru/zdorovie/pravila-i-sposoby-razvitiya-pamyati.html) и умственные способности детей. Их продолжительные наблюдения доказали, что без каких-либо специальных [упражнений для памяти](http://constructorus.ru/samorazvitie/uprazhneniya-dlya-razvitiya-pamyati.html), память человека улучшалась пропорционально тому, на сколько долго он в детстве занимался музыкой.
* звучные мелодии помогают восстановлению после операции на сердца. Прослушивание радостной и веселой музыки, способной вызвать [позитивные эмоции и хорошее настроение](http://constructorus.ru/uspex/pozitivnyj-nastroj.html), рекомендуется при профилактике сердечнососудистых заболеваний. По мнению ученых, музыка помогает человеку улучшить циркуляцию крови, снижает кровяное давление, расширяет кровеносные сосуды и замедляет частоту сердечных сокращений.
* В 2005 году, ученые из Великобритании выяснили, что спортсменам во время тренировок прослушивание музыки помогает увеличить результативность на двадцать процентов.
* звуки, исходящие с различной периодичностью и в определенной тональности, способны убивать болезнетворные микробы. Когда в средние века города охватывала эпидемия чумы, чтобы справиться с ней, народ, не переставая, звонил в колокола. И это действительно помогало. Сегодня достоверно известно, что активность микробов в организме человека падает на 40%, после того как он продолжительное время слушает церковную музыку или колокольный звон.
* Еще древние китайцы считали, что воспитывать ребенка стоит сразу же после зачатия. И самым действенным способом будет именно прослушивание музыки малышом в утробе матери. Ученые современности установили взаимосвязь между музыкой и развитием мозга.

Главная роль во внутриутробном интеллектуальном воспитании отводится прослушиванию музыки малышом. Воспроизводимая музыка является стимулом для развития мозга.

Что касается стилей и направлений музыки, то здесь не все так просто. С одной стороны человек должен слушать ту музыку, которая ему по душе, с другой стороны исследования ученых говорят о том, что различные направления музыки способны воздействовать на физическое и эмоциональное состояние человека по-разному.

**Выступление Самохваловой Т.В.**

Предлагаем вам выполнить задание: будет звучать музыка и вы рисуете то, что вам хочется именно под эту музыку. При смене музыки можно начать рисовать другой рисунок.

***СЛАЙД 14.***

***Рисование музыки***

***(тяжелый рок- I половина листа, «Энигма»- II половина листа***

***по 5 минут)***

Обсуждение полученных результатов.

Медики не рекомендуют долго слушать группы, играющие в стиле рэп, хард-рок и хеви-метал:

* хард-рок часто является причиной несознательной агрессии;
* рэп также пробуждает отрицательные эмоции;
* хеви-метал и вовсе может стать причиной психических расстройств;
* однотипная техно-музыка может спровоцировать замедление быстроты реакции и даже привести к деградации интеллекта;
* тяжелый рок вводит в ступор. Рок музыка характеризуется переизбытком высоких и низких частот. Такое чередование совместно с громкостью серьезно травмирует мозг. Ученый-медик Дэвид Элкин однажды провел эксперимент, благодаря которому доказал, что пронзительная громкая музыка провоцирует сворачивание белка. На одном из рок концертов перед громкоговорителем Элкин положил сырое яйцо. К концу концерта, через три часа яйцо оказалось «сваренным» всмятку.

Некоторые жанры музыки не только побуждают своих фанатов к насилию, но и способствуют злоупотреблению наркотиками. Наверняка многие были свидетелями того, как после концертов подростки выходили на улицы и крушили все, что падало им под руку.

Культурная и национальная принадлежность человека тоже является фактором восприятия той или иной мелодии. Скажем, для европейца звучание восточных мотивов не всегда приятно, а длительное воздействие подобной музыки является не просто раздражителем, а может привести к серьезным психическим расстройствам. Это же касается и азиатов, влияние западной музыки на психику человека с востока вряд ли окажется полезным. Поэтому-то ученые и рекомендуют людям слушать композиции своих народностей — «*Человек должен помнить о своих корнях*».

Человек на 80% состоит из воды. Как на нас влияет то, что мы слышим- предлагаем посмотреть в видеофильме.

***СЛАЙД 15. Видеофильм.***

**Выступление Королевой О.А.**

***СЛАЙД 16.***

Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. Именно о **влиянии классической музыки на человека** говорится больше всего. Ученые приписывают классическим произведениям просто чудодейственный эффект.

Положительное влияние классической музыки на детей доказано учеными, и они говорят, что именно определенная частота акустических волн классических произведений воздействует на центры удовольствия ребенка, способствует развитию мозговой деятельности. Так, например, музыка Моцарта облегчает восприятие всего нового для маленьких детей и стимулирует память, поэтому его произведения можно включать малышу в перерывах между познавательными играми.

Зачастую музыкальная деятельность в детских садах ограничивается традиционными видами организации детей. Хотелось бы, чтобы музыка не заканчивалась на пороге музыкального зала, а звучала на протяжении всего дня, обогащая эмоциональную сферу ребенка новыми впечатлениями. Но не та музыка, которая нравится взрослому, включающему эту музыку детям, а та, которая будет благотворно влиять на эмоциональное состояние ребенка.

Грамотное использование музыки в образовательной деятельности и в режимных моментах не только помогает поднять настроение, оптимизировать деятельность всех систем организма, улучшить функционирование нервных процессов, но и позволяет повысить эффективность работы детского сада.

Педагог, включая музыку, может ориентироваться на возможности активного и пассивного ее восприятия детьми. При активном восприятии он намеренно обращает внимание ребенка на звучание музыки, ее образно-эмоциональное содержание, средства выразительности. При пассивном восприятии музыка выступает фоном к основной деятельности, она звучит негромко, как бы на втором плане.

Фоновая музыка – музыка, звучащая «вторым планом», без установки на осознанное восприятие на занятиях и в свободной деятельности.

***СЛАЙД 17.***

Использование фоновой музыки помогает решать многие задачи воспитательно-образовательного процесса.

1. Создание благоприятного эмоционального фона, устранение нервного напряжения и сохранение здоровья детей.
2. Развитие воображения в процессе творческой деятельности, повышение активности.
3. Активизация мыслительной деятельности, повышение качества усвоение знаний.
4. Переключение внимания во время изучения трудного учебного материала, предупреждение усталости, утомляемости.
5. Психологическая и физическая разрядка после учебной нагрузки, во время психологических пауз, физкультурных минуток.

Важным компонентом является подбор музыкальных произведений, так как неправильно подобранная музыка может оказывать отрицательное влияние и на самочувствие, и на деятельность ребенка. Всем известно, что резко звучащих звуковых сочетаниях, приводят к психическому напряжению.

Различное влияние на психическое состояние оказывает мажорная и минорная музыка. Существенное значение имеет ритм музыки, который по - разному влияет на различные функции организма, прежде всего, на дыхательную и сердечную деятельность. Поэтому, подбираем произведения, которые несут в себе выразительные образы вечных понятий – красоты, добра, любви, света, образы эмоциональных состояний, свойственных и ребенку, и взрослому.

Вашему вниманию предлагается специально собранный нами диск фоновой для использования в течении всего дня.

**Примерное расписание звучания фоновой музыке в режиме дня:**

**Утро, встреча детей.**

**Цель:** Создание положительного эмоционального фона.

Звучит радостная спокойная музыка. Ранее утро. Родители, торопясь на работу, ведут детей в детский сад. И уже издалека они слышат нежную, чарующую музыку.

Давно доказано, что красивая музыка доставляет человеку радость, благотворно влияет на его организм. Приятный утренний музыкальный настрой положительно воздействует не только на детей, но и на их родителей - вселяет уверенность, что их ребенку в детском саду хорошо и комфортно. Психологами установлено, что с помощью музыки легче устанавливается контакт между людьми.

**Музыкальный репертуар:**

П.И.Чайковский Марш из балета "Щелкунчик"

П.И.Чайковский Вальс цветов из балета " Щелкунчик".

И.Штраус Полька " Трик - Трак".

П.И. Чайковский " Апрель".

П.И. Чайковский «Песня жаворонка»

П.И. Чайковский «Сладкая греза»

Современные:

Диск «Веселые мелодии» с мелодиями композитора Александра Климова. «Раннее солнышко», «Лучик», «Прогулка в лесу» «Здравствуй утро» и др. Диск «Малыш и природа» музыкальные произведения «Веселое настроение», «Утро в деревне», «Утром» «Солнечный зайчик» и др.

**Завтрак, подготовка к занятию.**

Звучит музыка уверенная, активный темп музыки.

Репертуар:

П.И. Чайковский «Игра в лошадки», «Марш оловянных солдатиков», «Полька»

Р. Шуман «Солдатский марш», «Веселый крестьянин»

Диск «Веселые мелодии» раздел «Два друга», «Самый – самый»

**Сон**

Одним из методов расслабляющего воздействия на ребенка является применение музыкальных произведений в периоды засыпания и пробуждения. Для этого в детском саду созданы все необходимые условия: почти в каждой группе есть магнитофон, и может быть уже подобрана соответствующая музыка под названием «колыбельная». Под воздействием такой музыки у детей нормализуется артериальное давление, стимулируется дыхание, происходит эмоциональное расслабление. Спокойная, нежная музыка помогает детям заснуть.

Музыкальный репертуар:

Диск «Спят усталые игрушки». Колыбельные песни.

Диск «Веселые мелодии» мелодии к разделу «Баюшки-баю»

**Пробуждение**

Используемые музыкальные произведения оптимистического, просветленного, спокойного характера.

Р.Шуман «Веселый крестьянин»

П. И. Чайковский «Полька»

П.И. Чайковский «Марш оловянных солдатиков»

Диски «Малыш и природа», «Веселые мелодии»

Специалисты выделяют следующие положительные эффекты использования музыкальной терапии:

- Музыка оказывает сильное успокаивающее воздействие на гиперактивных детей.

- Замкнутые, скованные дети становятся более спонтанными, у них развиваются навыки взаимодействия с другими людьми.

- Улучшается речевая функция.

- Улучшается сенсомоторная функция.

- Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушений общения, она помогает установлению эмоционального диалога часто даже в тех случаях, когда другие способы исчерпаны.

Из всех искусств особенно музыка развивает правое полушарие головного мозга, то есть образное мышление. Стоит ли удивляться, что дети, обучающиеся музыке, быстрее осваивают иностранные языки, что память у них лучше и запоминают они больше.

**Рекомендации для педагогов**

**по использованию фоновой музыки**

**в воспитательно-образовательном процессе.**

* Задания, требующие особого внимания, лучше выполнять без музыкального сопровождения. Это разучивание нового материала, сложные упражнения. Даже знакомые мелодии в этот момент могут отвлекать внимание, замедлять время реагирования, снижать качество работы.
* Музыкальные произведения следует чередовать каждые 2-3 недели, возвращаясь к одним и тем же мелодиям через 2-3 месяца.
* Степень активности восприятия музыки детьми на конкретном занятии зависит от их возрастных и индивидуальных особенностей и должна определяться самим воспитателем.
* Перечень музыкальных произведений фоновой музыки является примерным и может варьироваться воспитателем, исходя из его музыкального вкуса.
* Использование музыки должно быть дозированным и увеличиваться постепенно при переходе от одной возрастной группы к другой.

Степень активности восприятия музыки детьми на конкретном занятии определяется воспитателем.

Так на занятиях по математике с целью повышения сосредоточенности, концентрации внимания используют только звучание музыки фоном.

На занятиях по ознакомлению с окружающим воспитатель может обратиться к музыке, характеризующей явления природы, способствующей проявлению эмоциональных откликов, обогащению представлений об исследуемом объекте.

На занятиях по изобразительной деятельности в процессе рисования по представлению можно применять звучание фоновой музыки, а во время рисования по образцу предложить музыкальные произведения для активного восприятия. Слушание музыки влияет на выразительность образов, создаваемых в рисунках, на оригинальность цветовых решений.

**Примерный репертуар фоновой музыки**

|  |  |
| --- | --- |
| **Функция фоновой музыки** | **Примерный репертуар** |
| **Релаксирующая (расслабляющая)**  **Тонизирующая (повышающая жизненный тонус, настроение)** | **К. Дебюсси. "Облака".**  **А.П. Бородин. "Ноктюрн" из струнного квартета.**  **К. Сен-Санс. "Карнавал животных" «Лебедь.»**  **Ф. Шуберт. "Вечерняя серенада".**  **И. Брамс. "Вальс № 3".**  **Р. Шуман. "Детские сцены", "Грезы".**  **К.-В. Глюк. Мелодия из оперы "Орфей и Эвридика"**  **И. Брамс. "Венгерский танец № 5".**  **А. Дворжак. "Славянский танец № 2".**  **В. Моцарт. "Маленькая ночная серенада".**  **Э. Григ. "Утро".**  **И.-С. Бах. "Шутка".**  **И. Штраус. "Весенние голоса".** |
| **Активизирующая (возбуждающая)** | **П.И. Чайковский. "Шестая симфония", 3-я часть.**  **В.-А. Моцарт. "Турецкий марш".**  **Ф. Шопен. "Прелюдия 1.**  **М.И. Глинка. "Камаринская".** |
| **Успокаивающая (умиротворяющая)** | **Ф. Шопен. Прелюдия ми минор.**  **Т. Альбинони. Адажио для органа и струнных.**  **М. Глинка. "Жаворонок".**  **А. Лядов. "Музыкальная табакерка".**  **К. Сен-Санс. "Лебедь".**  **Ф. Шуберт. "Серенада".**  **П.И. Чайковский. "Вальс цветов"** |
| **Организующая (способствующая концентрации внимания при организованной деятельности)** | **И.-С. Бах. "Ария".**  **А. Вивальди. "Времена года". «Осень».**  **Ф. Шуберт. "Музыкальный момент".**  **В.-А. Моцарт. Симфония № 40.**  **П.И. Чайковский. "Времена года"** |

**Выступление Самохваловой Т.В.**

Психологами установлено, что с помощью музыки легче устанавливается контакт между людьми.

В этом учебном году в качестве эксперимента проводятся занятия по развитию эмоционального интеллекта детей с ОВЗ старших групп.

**СЛАЙД 1-11 (РАССКАЗ О ПРОГРАММЕ)**

**СЛАЙД 12.**

**Таким образом можно сделать вывод: человек, умеющий владеть своими эмоциями, контролировать себя в разных ситуациях становится успешным в жизни.**