

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
УСТЬ-ЛАБИНСКИЙ РАЙОН

ПРИКАЗ

от 23.01.2020г.

№ 24 -П

город Усть-Лабинск

Об итогах проведения семинара для воспитателей
ДОУ района

На основании плана работы МБУ «ЦРО» в целях повышения профессионального уровня педагогических работников 23 января 2020 года в МБДОУ №41 проведён семинар по теме «Использование дидактических игр для развития познавательных процессов в режиме дня у детей дошкольного возраста», в котором приняли участие 28 педагогов из 27 ДОУ района.

В рамках семинара педагоги транслировали опыт практических результатов своей профессиональной деятельности.

На основании выше изложенного приказываю:

1. Утвердить список педагогов ДОУ, транслировавших опыт практических результатов своей профессиональной деятельности по разным направлениям работы в рамках семинара (приложение №1)
2. Объявить Мозговой Ларисе Анатольевне, заведующему МБДОУ №41, благодарность за организацию работы по подготовке семинара и проведение его на высоком методическом уровне.
3. Рекомендовать Мозговой Л.А. поощрить работников дошкольного образовательного учреждения, принявших активное участие в подготовке и проведении районного семинара.
4. Контроль исполнения приказа оставляю за собой.

Директор МБУ «ЦРО»



Ю.В. Езубова

Ефремова С.Л.
4-19-52

«Утверждаю» 
 Директор МБУ «ЦРО» Ю.В. Езубова
 Приложение №1 к приказу МБУ «ЦРО»
 от 23.01.2019г. №24-П



Список педагогов ДОУ,
 транслировавших опыт практических результатов своей профессиональной
 деятельности по разным направлениям работы в рамках семинара.

ФИО	№ ОО, должность	форма представления результатов	тема представленного опыта
Острая Светлана Владимировна	МБДОУ №41 педагог- психолог	доклад с презентацией	Развитие психических функций у старших дошкольников посредством игры при переходе на начальные ступени обучения.
Насильнова Елена Владимировна	МБДОУ №41 воспитатель	доклад с презентацией	Использование дидактических игр для развития познавательных процессов в режиме дня у детей старшего дошкольного возраста.
Ширяева Мария Александровна	МБДОУ №41 воспитатель	выступление	Представление авторских дидактических игр для детей старшего дошкольного возраста.
Дряхлова Анна Романовна	МБДОУ №41 воспитатель	выступление	Представление авторских дидактических игр для детей младшего дошкольного возраста.
Кудря Наталья Ивановна	МКДОУ №29 воспитатель	выступление	Формирование элементарных математических представлений у дошкольников посредством дидактических игр.
Позигун Галина Николаевна	воспитатель МБДОУ ЦРР №5, воспитатель	выступление	Развитие познавательных качеств у ребёнка младшего дошкольного возраста через дидактическую игру.
Наймушина Инна Петровна	МБДОУ №4, воспитатель	выступление	Использование дидактических игр в развитии дошкольников.

Методист МБУ «ЦРО»

С.Л. Ефремова

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
комбинированного вида № 41
муниципального образования Усть-Лабинский район

**«Использование дидактических игр для развития
познавательных процессов в режиме дня у детей
старшего дошкольного возраста».**

Подготовили:
Насильнова Е.В.
Ширяева М.А.

2020 год

В связи с увеличением объёма научной информации, усложнением содержания знаний, современными требованиями к дошкольному образованию острее встает вопрос о необходимости использования эффективных средств развития логического мышления у старших дошкольников.

С нашей точки зрения эффективным средством развития логического мышления является дидактическая игра, которая предполагает взаимодействие с ребенком как с активным субъектом познавательной деятельности и в то же время является и игрой и деятельностью ребенка-дошкольника. Знания, полученные посредством игры, пригодятся детям и при обучении в школе. Им необходимо не только много знать, но и последовательно и доказательно мыслить, догадываться, проявлять умственное напряжение.

Дидактические игры являются разновидностью игр с правилами. Игры с правилами имеют готовое содержание и заранее установленную последовательность действий; главное в них — решение поставленной задачи, соблюдение правил.

Дидактическая игра – это одно из средств обучения детей дошкольного возраста. Она дает возможность осуществлять задачи воспитания и обучения через доступную и привлекательную для детей форму деятельности.

Выделяют структурные составляющие дидактической игры:

- дидактическая задача
- игровые действия
- правила игры
- результат

Дидактическая игра позволяет нам:

1. Научить сравнивать предметы, находить сходство и различие между ними;
2. Классифицировать предметы по различным признакам, называть группы предметов обобщающим понятием;
3. Находить закономерности и устанавливать причинно-следственные связи между предметами;
4. Научить детей делать выводы, свои умозаключения.

Работу по дидактическим играм начинаем с раннего возраста

Реализуя задачи, очень важно соблюдать принципы освоения новых умений и навыков. Успех ребенка в самом начале обучения – обязательное условие рождения интереса к знаниям.

1- принцип: начинать занятия с посильных для детей задач.

Поэтому начинаем с наиболее лёгких и простых упражнений, таких как «Подбери пару» (ищем различие в цвете, форме, размере), классификация предметов по общему и по отдельному признаку.

В старшем возрасте мы переходим к классификации от общего признака к частному. Например, транспорт классифицируется по виду: водный, воздушный, наземный. Далее классифицируем каждый вид по родам: наземный бывает пассажирский, военный, грузовой, спецназначения и т.д. Темы берутся различные: ягоды-деревья-цветы, овощи-фрукты, птицы-рыбы-звери и другие.

С каждым этапом игры усложняются.

2- принцип: обеспечивать самостоятельность в поиске решений поставленной задачи.

Давая новую игру, не обязательно объяснять правила. Если в игре есть картинки, то пусть ребенок подумает, как можно поиграть в эту игру, расскажет педагогу, а педагог выделит главную мысль и поддержит инициативу.

Самостоятельное правильно найденное решение – основа формирования уверенности в себе.

3 - принцип: предоставлять возможность получения заслуженных поощрений за успех, за то, что ребёнок сумел показать знания.

Заслуженные поощрения формируют адекватную самооценку ребенка, и большинство детей понимают, адекватна оценка или нет. Не торопитесь восхищаться каждым действием ребенка.

4 - принцип: на каждом этапе обучения новому способу мыслительной деятельности оказывать необходимую меру помощи. Это также необходимо для придания ребенку уверенности в собственных силах.

Существует много способов оказать ребенку действенную помощь. Мы определили четыре.

1. На начальном этапе обучения – «делай как я». Ребенок осваивает способы действия.
2. Второй этап «Я начну, а ты продолжи» - ребенок способы действий усвоил, но применять в новых условиях еще не может.
3. Третий этап – «Делай сам, я помогу». Ребенок усвоил способы действия, умеет применять, но в задания вводятся усложнения, над которыми он размышляет и затрудняется выполнить.
4. Четвертый этап – этап, когда ребенок уже достаточно хорошо может размышлять, делать выводы, доказывать их и т.д. Ребенок может самостоятельно решать сложные, для его возраста, задания. Здесь ему необходима только психологическая помощь. Это мера эмоционального настроя на успех. «Ты все можешь сделать сам. У тебя получится». Все меры помощи уместны на каждом возрастном этапе.

5 - главный принцип: обучение в игре, в деятельности.

Игра в дошкольном возрасте занимает основное место. Поэтому все задания, упражнения игровые. Используя дидактические игры и упражнения по развитию логического мышления, следует особо тщательно соблюдать выше приведённые правила, так как неуспех ведёт к снижению интереса и нежеланию работать, а главное - снижает веру ребёнка в собственные силы.

Классификация дидактических игр

По содержанию дидактические игры можно разделить на:

- математические
- сенсорные
- речевые
- музыкальные
- природоведческие
- для ознакомления с окружающим миром
- по изобразительной деятельности

Математические игры направлены на формирование у дошкольников

элементарных математических представлений. Они позволяют педагогу сделать процесс обучения детей более увлекательным и интересным.

При обучению счету используют дидактические игры, «Какой по счету?», «Один - много», «Чего больше?», «Назови число» и др., для решения арифметических задач применяют игры «Занимательные задачки», «Сколько будет?», при освоении величин, простейших зависимостей и измерительной деятельности используют игры «Кто выше?», «Лесенка», «Ленточки», для восприятия детьми пространственных и временных отношений и ориентировок играем в дидактические игры «Который час», «Путешествие», «Когда это бывает?» и др.

Игра «Логические таблицы». С помощью этой игры ребята смогут повторить геометрические фигуры, цвета, оттенки, развивать зрительное восприятие, произвольное внимание, память и логическое мышление.

Игра «Влево – вправо». При помощи этой игры дети учатся различать понятия «справа – слева», ориентироваться в пространстве. Предлагается выполнить разные задания:

- найди все машинки, которые едут направо (налево);
- выбери картинки, на которых солнышко справа (слева);
- выбери зверят, у которых бантик справа (слева).

Игра «Крестики – нолики». В игре дети учатся различать понятия «вертикально», «горизонтально», по «диагонали», закрепляют знание счета в пределах 10, совершенствуют пространственные представления.

Сенсорные игры направлены на обучение детей обследованию предметов, формирование представлений о сенсорных эталонах. Многие из них связаны с обследованием предмета, с различением признаков, требуют словесного обозначения этих признаков («Чудесный мешочек», «Чем похожи и не похожи», «Разноцветные дорожки», «Где, чей бантик?» и др.). В некоторых играх ребенок учится группировать предметы по тому или иному качеству («Пуговицы для кукол», «Сервиз» и др.). Дети сравнивают предметы, обладающие сходными и различными признаками, выделяют существенные из них. Таким образом дети подводятся к овладению сенсорными эталонами с помощью дидактических игр.

Речевые игры способствуют развитию речи у детей. Содержание таких игр

так же разнообразно и зависит от целей, с которыми их использует педагог. «Путешествие по комнате», «Кто, что делает?», «Назови одним словом», «Скажи по-другому», «Закончи предложение», «Режим дня», «Кому угощение?», «Сравни предметы», «Разговариваем по телефону», «Что бывает... Какое бывает...», «Что сначала, что потом», «Угадай, кто это?», «Живые слова» и др.

Дидактическая игра «Звуковой домик». С помощью этой игры дети учатся определять место заданного звука в слове (в начале слова, в середине или в конце), учатся составлять звуковую схему слова, учатся различать гласные и согласные, звонкие и глухие, твердые и мягкие звуки. Такая игра способствует автоматизации и дифференциации звуков.

Музыкальные игры направлены на решение задач музыкального воспитания в соответствии с программными требованиями. В работе с дошкольниками используются такие игры, как «Кто громче?», «Какой инструмент звучит?», «Повторяй за мной», «Какая песенка звучит», «На чем играю», «Солнышко и дождик», «Кто как поет?» и другие.

Игры *природоведческого характера* способствуют воспитанию у детей любви к природе. Через игру, в частности дидактические игры, ребёнок, играя, учится понимать закономерности, происходящие в природе, взаимосвязь всего в мире, многое узнает о природных сообществах и явлениях, о роли человека в природе и другое (игры «Когда это бывает», «Что сначала, что потом», «Опиши времена года», «Узнай по описанию», «Птицы перелетные -- неперелетные», «Кто, где живет?», «Какая погода?» и многие другие).

Для *ознакомления с окружающим* так же используются различные дидактические игры - «Кто, что делает?», «Что сначала, что потом?», «Что нужно для работы?», «Режим дня», «Загадки», «Что на картинке?», «Чаепитие», «На прогулке», «В театре» и др.

Игра «Профессии». Игра помогает расширять представления детей о разнообразных профессиях, их названиях и роде деятельности, об инструментах и орудиях труда, которые нужны людям разных профессий, учит их соотносить.

· Дидактические игры *по изобразительной деятельности* необходимы для развития дошкольников, формирования у них знаний, умений и навыков в изобразительной и декоративно-прикладной деятельности. «Раскрась по образцу», «Что нарисовано», «Дорисуй», «Собери цветок», «Нарисуй по-

другому», «На что похож листочек», «Что изменилось?», «Чего не хватает?», «Что за картина?», «Чей орнамент?» - это малая часть дидактических игр, которые можно использовать в работе с детьми дошкольного возраста.

По дидактическому материалу обучающие игры делятся на:

- словесные
- настольно-печатные
- с предметами и игрушками
- с картинками

Словесные игры отличаются тем, что процесс решения обучающей задачи осуществляется в мыслительном плане, на основе представлений и без опоры на наглядность. Поэтому словесные игры проводят в основном с детьми среднего и преимущественно старшего дошкольного возраста. Среди этих игр много народных, связанных с прибаутками, загадками, перевертышами, некоторая часть из которых доступна и малышам. Помимо речевого развития, формирования слухового внимания, с помощью словесных игр создается эмоциональный настрой, совершенствуются мыслительные операции, вырабатываются быстрота реакции, умение понимать юмор. В основе словесных игр лежит накопленный опыт детей, их наблюдения. Задача этих игр состоит в систематизации и обобщении. Они применяются на этапе закрепления и повторения знаний детей («Летает - не летает», «Третий лишний», «Назови одним словом», «Кому, что нужно?» и др.).

В своей работе мы применяем и словесные игры по ТРИЗ технологии (теория решения изобретательских задач). На эту тему было проведено много семинаров и в таких играх педагог играет ключевую роль, что не всегда удобно в режимных моментах.

Дидактические игры с предметами и игрушками очень разнообразны по игровым материалам, содержанию, организации проведения. В качестве дидактических материалов могут использоваться игрушки, реальные предметы, объекты природы и т.п. Чаще используются в младшем дошкольном возрасте, так как у детей данного возраста преобладает наглядно-образное мышление. Игры с предметами дают возможность решать различные воспитательно-образовательные задачи: расширять и уточнять знания детей, развивать мыслительные операции (анализ, синтез, сравнение, различение,

обобщение, классификация), совершенствовать речь (умения называть предметы, действия с ними, их качества, назначение; описывать предметы, составлять и отгадывать загадки о них; правильно произносить звуки речи), воспитывать произвольность поведения, памяти, внимания. («Посмотри и запомни», «Угадай, что спрятали», «Чудесный мешочек»)

Игра «Котенок на стройке». Задача игры – не позволить котенку упасть. Сначала нужно разместить на игровом поле кирпичики в случайном порядке, фигурку котенка поместить сверху поля, затем вращать компас, чтобы определить, какое действие необходимо совершить. Мастерком выбивают кирпичики до тех пор, пока не упадет фигурка котенка. Проигрывает игрок, позволивший ей упасть. Игра учит ориентироваться в пространстве, развивает координацию движений, дети должны прогнозировать результат своих действий т.е анализировать ситуацию.

Игры с картинками используются во всех возрастных группах. Для игр могут использоваться разнообразные картинки, серии картин, в соответствии с программными требованиями.

Настольно-печатные игры так же разнообразны по содержанию, обучающим задачам, оформлению. Они помогают уточнять и расширять представления детей об окружающем мире, систематизировать знания, развивать мыслительные процессы, содействуют расширению кругозора детей, развивают сообразительность, внимание к действиям товарища, ориентировку в изменяющихся условиях игры, умение предвидеть результаты своего хода. Участие в игре требует выдержки, строгого выполнения правил и доставляет детям много радости.

К настольным играм относятся разнообразные игры:

· пособия, типа предметного лото, домино, тематические игры («Где что растет?», «Когда это бывает?», «Кому это нужно» и др.);

В лото ребенок должен к картинке на большой карте подобрать тождественные изображения на маленьких карточках. Тематика лото разнообразна: «Зоологическое лото», «Цветут цветы», «Мы считаем», «Сказки» и др.

В домино принцип парности реализуется через подбор карточек при очередности хода. Тематика домино охватывает разные области действительности: «Игрушки», «Геометрические фигуры», «Ягоды», «Герои

мультфильмов» и др.

В играх типа лабиринт, предназначенных для детей старшего дошкольного возраста, используются игровое поле, фишки, счетный кубик. Каждая игра посвящена какой-либо теме, иногда сказочной («Айболит», «Золотой ключик»). Дети «путешествуют» по игровому полю, бросая по очереди кубик и передвигая свои фишки. Эти игры развивают пространственную ориентацию, умение предвидеть результат действий.

- игры типа мозаики;

Мозаики разнообразны по своему виду их очень любят дети. Игра позволяет развивать и мелкую моторику, и умение сопоставлять и анализировать, а также развивать внимание.

- настольно-двигательные игры («Бильярд», «Хоккей»);
- интеллектуальные - шашки, шахматы, игры-головоломки.

Все эти игры отличаются от игр с игрушками тем, что обычно проводятся за столиками, требуют 2-4 партнеров.

Распространены настольно-печатные игры, устроенные по принципу разрезных картинок, складных кубиков, пазлы на которых изображенный предмет или сюжет делится на несколько частей. Эти игры способствуют развитию логического мышления, сосредоточенности, внимания.

Дидактические игры так же можно классифицировать по числу участников в них:

- коллективные
- групповые
- индивидуальные

Коллективные игры организуются со всей группой, групповые - с подгруппой детей, а индивидуальные с 1-3 детьми.

Так как все представленные игры мы проводим в режимные моменты, то необходимо учитывать такие методические рекомендации:

- игра должна быть доступной, понятной, добровольной;

- правила игры должны быть точными, немногочисленными;
- подбор учебного материала должен соответствовать программе;
- не следует проводить игры, требующие большой предварительной работы.

Настольные дидактические игры наша палочка – выручалочка. Эти игры любимы детьми и многие дети, родители принимали участие в их изготовлении.

Об этом расскажет моя коллега Ширяева Мария Александровна.

Дидактическая игра «Составь слово по первым буквам»

«Составь слово по первым буквам» – это ребусы, играя с которыми ребенок развивает речь и логическое мышление.

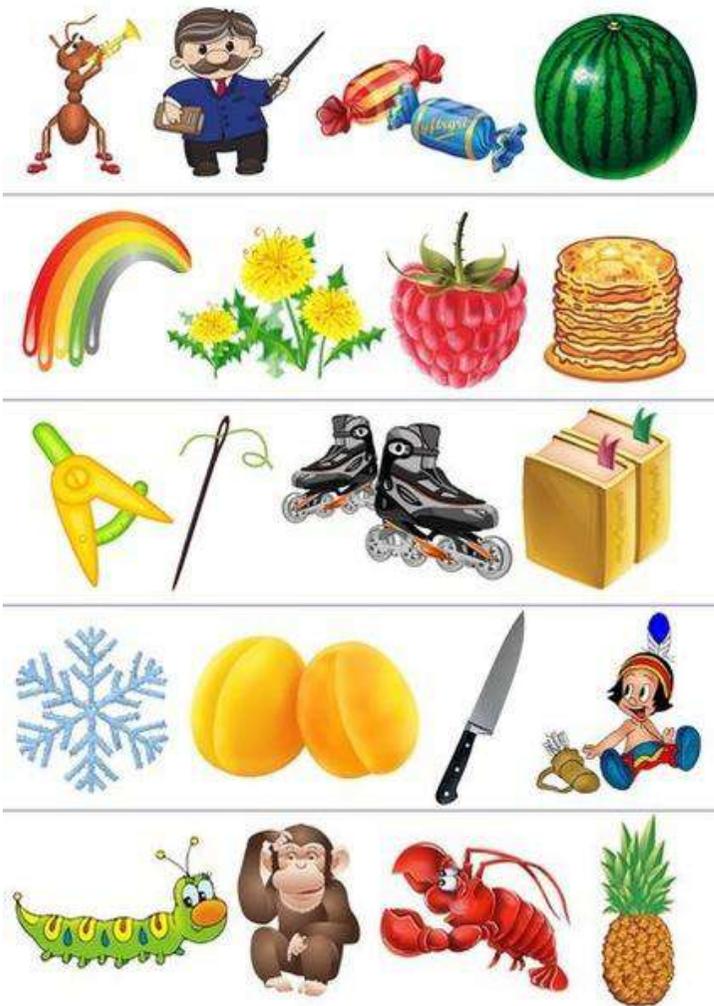
Представляю вашему вниманию дидактическую игру «Составь слово по первым буквам» для использования детьми старшего и подготовительного дошкольного возраста. Эта игра рассчитана для подгрупповой работы с детьми. Способствует развитию речевых способностей дошкольников. Формирует доброжелательное отношение друг к другу, умение играть вместе. Преимущество данной игры состоит в том, что она является универсальным материалом для закрепления словарного запаса, развития логического мышления и внимания. Игра для детей старшего дошкольного возраста поможет закрепить навыки чтения и звука - буквенного анализа слова.

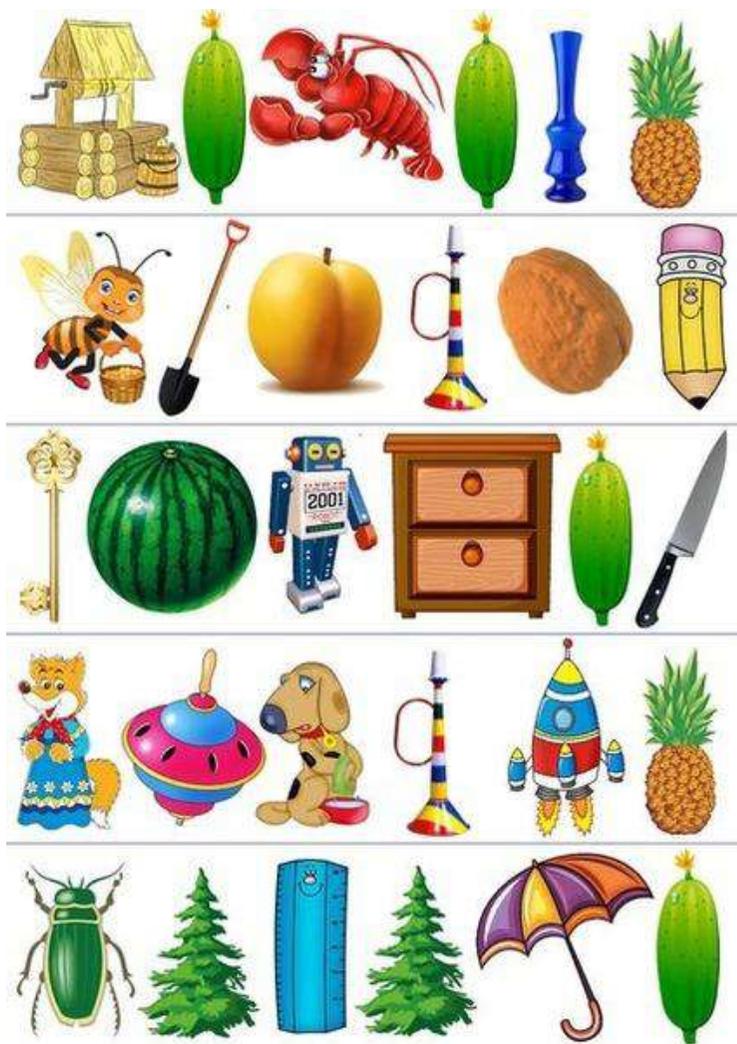
Этапы игры

- Знакомим ребенка с предметами, которые изображены на ребусах.
- Разгадывать начинаем с самых простых заданий. Проговариваем названия всех предметов и вычлняем их по первые буквы.
- Затем составляем из них слово, чтобы ребенок его лучше запомнил. Выкладываем слово из карточек-букв под соответствующим ребусом.
- Впоследствии ребенок читает слово по первым буквам сразу, проанализировав картинку в уме.

Ребусы – это игра, которая увлекает детей любого возраста. Поиск ответа – стимул для расширения кругозора

А	А	А	Б	Б
Б	В	В	В	Г
Г	Г	Д	Д	Д
Е	Е	Е	Ё	Ё
Ж	Ж	З	З	З
И	И	И	Й	Й
К	К	К	Л	Л
Л	М	М	М	Н





Н	Н	О	О	О
П	П	Р	Р	Р
С	С	С	Т	Т
Т	У	У	У	Ф
Ф	Х	Х	Ц	Ц
Ч	Ч	Ш	Ш	Щ
Щ	Ъ	Ы	Ы	Ь
Ь	Э	Ю	Я	Я



Негосударственное частное образовательное учреждение высшего образования
«Армавирский лингвистический социальный институт»

352901, Краснодарский край, г. Армавир, ул. Кирова, 22–24;
тел.: 8 (86137) 3-34-35, факс: 3-34-51; e-mail: info@alsivuz.ru
ОКПО 31355808 ОГРН 1022300639107 ИНН 2302016018 КПП 237201001

19 февраля 2021 г. № 01-04/85761

СПРАВКА

Настоящая справка выдана Ширяевой Марии Александровне, воспитателю, первой квалификационной категории, МБДОУ детский сад комбинированного вида № 41, МО Усть-Лабинский район в том, что она представила и опубликовала статью на тему: « Наши эмоции-друзья или недруги » в рамках международной заочной научно-практической конференции «Актуальные вопросы и современные аспекты современной психологии и педагогики в теории и на практике» 18 февраля 2021 года в Негосударственном частном образовательном учреждении высшего образования «Армавирский лингвистический социальный институт » г. Армавир.

Справка дана для предъявления по месту требования.

Ректор



Ф.Н. Сакиева

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 41 муниципального образования
Усть – Лабинский район.

ДОКЛАД
на тему:
«Наши эмоции – друзья или
недрузги».

Воспитатель:
Ширяева Мария Александровна

Усть – Лабинск 2021г.

Здравствуйте меня зовут Ширяева Мария Александровна я воспитатель МБДОУ№;41 хотелось бы вам представить тему моего доклада ««Наши эмоции – друзья или недруги». Всем приходилось слышать фразу: «все болезни от нервов», неоднократно психологические исследования доказывают, что это действительно так. Точно так же, как наше физическое состояние влияет на наше настроение, так и наше эмоциональное состояние влияет на организм. Положительные эмоции способствуют сохранению здоровья, скорейшему выздоровлению; при имеющемся заболевании, и увеличению продолжительности жизни. Также было сделано любопытное открытие: состояние влюблённости, укрепляет иммунитет. Так что если вы состоите в счастливых гармоничных отношениях, вам не страшны вирусные и простудные заболевания! Позитивный настрой и желание быть счастливым обогащают наше мышление, дарят всему организму огромный ресурс в виде здоровья, иммунитета и долголетия. Таким образом, влияние наших положительных эмоций на здоровье очень велико и нельзя недооценивать этот фактор.

В психологии эмоциями называют процессы, отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека в форме переживаний. Эмоции, чувства служат для отражения субъективного отношения человека к самому себе и к окружающему его миру.

Эмоции, как и ряд других явлений, становятся предметом внимания человека прежде всего тогда, когда в чем - то ему препятствуют. Стремясь всё более эффективно контролировать окружающий мир, человек не хочет мириться с тем, что в нем самом может существовать нечто такое, что сводит на нет прилагаемые усилия, мешает осуществлению его намерений. А когда верх берут эмоции, очень часто все происходит именно так.

Поскольку все то, что делает человек, в конечном счете, служит цели удовлетворения его разнообразных потребностей, постольку любые проявления активности человека сопровождаются эмоциональными переживаниями. Мне очень хочется исследовать влияние положительных и отрицательных эмоций на состояние человека, собрать статистические данные по теме, создать проектный продукт в виде полезных для здоровья и долголетия рекомендаций. Эмоция – это то, что переживается как чувство, которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действие. Эмоция мотивирует. Она мобилизует энергию, и эта энергия в некоторых случаях ощущается субъектом, как тенденция к совершению действия. Эмоция руководит мыслительной и физической активностью человека, направляет её в определённое русло. Если он охвачен гневом, не бросится бежать, а если испуган, то вряд ли решится на злобу. Эмоция регулирует, или фильтрует наше восприятие. Счастье заставляет человека улыбаться самым обыденным вещам, идти по жизни лёгкой походкой. Данный факт не только убедительно доказывает врождённый характер основных эмоций на лице, но и наличие способности к их пониманию у живых существ. Хорошо известно, что высшие животные и человек способны по выражению лица воспринимать и оценивать эмоциональные состояния друг друга. Сравнительно недавно проведённые исследования показали, что так же, как человек способен не только «читать» по лицу эмоциональные состояния своих сородичей, но и сопереживать им, испытывая при этом похожие эмоции. В одном из экспериментов, где проверялись подобные испытания, человекообразная

обезьяна вынуждена была наблюдать за тем, как на её глазах наказывали другую обезьяну, которая вела себя очень агрессивно и нервно. Позже оказалось, что аналогичные физиологические функциональные изменения были обнаружены и в организме «наблюдателя». Однако врождёнными являются далеко не все эмоционально-экспрессивные выражения. Некоторые из них приобретаются прижизненно в результате обучения и воспитания. В первую очередь это жесты – способ культурно обусловленного внешнего выражения эмоциональных состояний и аффективных отношений человека к чему-либо. Жизнь без эмоций совершенно невозможна, как и без ощущений. Под эмоциональными явлениями в психологии понимаются субъективные переживания человеком, его отношения к предметам, явлениям, событиям, другим людям. Само слово «эмоция» происходит от латинского «*emovere*», что значит возбуждать, волновать, потрясать. Психология сравнительно недавно отнеслась к серьёзному исследованию проблемы эмоций. Эмоции тесно связаны с потребностями человека, так как, при удовлетворении потребностей человек испытывает хорошие эмоции, а при невозможности получить желаемое – плохие. Переживание эмоции изменяет уровень электрической активности головного мозга, диктует какие мышцы лица и тела должны быть напряжены или расслаблены, управляет эндокринной, кровеносной и дыхательной системами организма. В зависимости от индивидуальной высоты эмоционального порога, одни чаще, а другие реже переживают и проявляют ту или иную эмоцию, и это в значительной степени определяет их взаимоотношения с окружающими людьми.

Виды эмоций.

Положительными эмоциями принято считать:

- ✓ смех и радость
- ✓ сочувствие и интерес
- ✓ любопытство и вдохновение
- ✓ восторг и восхищение

К отрицательным эмоциям относятся:

- ✓ грусть и печаль
- ✓ неуверенность и стыд
- ✓ раздражение и зависть
- ✓ тревога и ненависть

Каждая эмоция своеобразна по своим источникам, по переживаниям, внешним проявлениям и способам регуляции. Человек наиболее эмоциональное существо, он обладает в высшей степени дифференцированными средствами внешнего выражения эмоций и широким разнообразием внутренних переживаний. Существует множество различных эмоций.

К. Изард выделил основные, «фундаментальные эмоции». Интерес – положительное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний, мотивирующее обучение.

Радость – (положительное) внутреннее чувство удовлетворения, удовольствия, весёлого настроения и счастья, ласкательное обращение. Является положительной внутренней мотивацией человека

Удивление – эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Когнитивная эмоция, возникающая при возникновении неожиданной ситуации. Ответная реакция на отклонение от нормы

Страдание – (отрицательное) эмоциональное состояние, совокупность крайне неприятных, тягостных или мучительных ощущений живого существа, при котором оно испытывает физический и эмоциональный дискомфорт, боль, стресс, муки.

Гнев – (отрицательное) эмоциональное состояние, протекающее в форме аффекта, вызываемое препятствием на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

Отвращение – (отрицательное) эмоциональное состояние, вызываемое объектами, соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.

Презрение – (отрицательное) эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождается не согласованностью жизненных позиций, взглядов и поведения с позициями объекта чувств.

Страх – (отрицательная) эмоция, появляющаяся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности.

Стыд – (отрицательное) эмоциональное состояние, чувство, объектом которого является какой-либо поступок или качество (философия) субъекта. Стыд связан с ощущением социальной неприемлемости того, за что стыдно

Эмоции характеризуются тремя компонентами:

- ✓ переживаемым или осознаваемым в психике ощущением эмоции;
- ✓ процессами, происходящими в нервной, эндокринной, дыхательной, пищеварительной и других системах организма;
- ✓ наблюдаемыми выразительными комплексами, в том числе изменениями на лице, жестами, характером голоса и т. п.

Теории возникновения эмоций.

Первым занялся изучение эмоции Ч. Дарвина. На основе сравнительных исследований эмоциональных движений млекопитающих Дарвин дал биологическую концепцию эмоций, согласно которой выразительные эмоциональные движения рассматривались как рудимент целесообразных инстинктивных действий, сохраняющих в какой-то степени свой биологический смысл и вместе с тем выступающих в качестве биологически значимых сигналов для индивидов не только своего, но и других видов.

Влияние положительных и отрицательных эмоций на иммунитет человека.

В западной медицинской науке сложилась традиция выделять конкретную часть организма и рассматривать ее отдельно. Английские слова «science» (наука) и «scissors» (ножницы) произошли от одного корня. Эти два слова связаны с понятием разрезания чего-либо на части. Сегодня же передовым направлением считается изучение механизмов взаимодействия между этими частями. Например, настроение и иммунная система до недавнего времени рассматривались как совершенно независимые компоненты. Теперь их считают взаимосвязанными частями большой системы. Благодаря этому открытию появилась новая отрасль медицины, которая называется психоневроиммунология. На сегодняшний день также просматриваются связи между настроением и интеллектуальными способностями.

Интересные факты об эмоциях.

- ✓ Также врачи открыли, что смех, стимулируя выделение эндорфинов, дофамина, а также нейромедиаторов серотонина. Того самого, который, по мнению российских ученых продлевает жизнь и укрепляет здоровье;
- ✓ Когда человек смеется, усиливается приток крови к мозгу, клетки серого вещества получают больше кислорода. Происходит некое «биохимическое ободрение», которое снимет усталость, очищает верхние дыхательные пути и улучшает циркуляцию крови в сосудистой системе, вырабатывается гормон счастья;
- ✓ Интересное исследование было проведено одним австрийским психологом: люди которые всегда завидуют успехам, в два с половиной раза выше риск инфаркта;
- ✓ Чувство вины вызывают частые простудные заболевания, повышает предрасположенность к различным инфекциям;
- ✓ Жадные люди чаще остальных страдают расстройствами пищеварения.

Мне удалось выяснилось, что и хорошее, и плохое настроения оказывают влияние на эффективность работы ребенка и взрослого человека, но хорошее - более сильное. Настроение, которое вы «приносите» с собой на работу / в школу, очень сильно влияет на общее настроение вашего дня, чем события, которые происходят на рабочем месте.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. В психологии эмоциями называют процессы, отражающие в форме переживаний личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Эмоции – это особый класс психических процессов и состояний, связанный с инстинктами, потребностями и мотивами личности.

2. Эмоции выполняют функцию регулирования активности субъекта, путём отражения значимости внешних и внутренних ситуаций для осуществления его жизнедеятельности, тем самым способствуя ориентации человека в различных ситуациях.

3. Эмоции отражают окружающий мир и в соответствии с этим регулируют наше поведение. Под влиянием эмоций у человека изменяется деятельность органов кровообращения, дыхания, пищеварения, желез внутренней и внешней секреции и других органов. Помимо регуляции состояния организма, эмоции выполняют функцию регуляции поведения человека в целом. Они имеют важное значение в оптимизации всей деятельности организма.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что эмоция является побудителем и регулятором поведения человека в целом, подчиняя его деятельность основным мотивам и потребностям личности, ее склонностям и интересам. Эмоции как цвета радуги, окрашивают мир. И без эмоций мир был бы скучен, однообразен. Даже негативные эмоции нам помогают, они делают нас сильнее и закаленнее. Я могу с уверенностью сказать, что эмоции наши друзья. Эмоции являются частью человека.