**«Эмоциональный интеллект дошкольника: советы родителям подготовительной группы»**
Эмоциональный интеллект — способность распознавать, понимать и управлять своими эмоциями, а также эмоциями окружающих. Развитие эмоционального интеллекта важно для успешной адаптации ребенка в обществе и подготовки к школе.

**Почему это важно?**
- Помогает ребенку лучше понимать себя и окружающих.
- Способствует развитию социальных навыков.
- Улучшает успеваемость и поведение в коллективе.

**Как развивать эмоциональный интеллект дома?**
1. Обсуждайте эмоции: Регулярно говорите с ребенком о чувствах («Что ты чувствуешь сейчас?»).
2. Показывайте пример: Демонстрируйте умение справляться с негативными эмоциями спокойно и конструктивно.
3. Играйте в игры: Используйте ролевые игры, чтобы ребенок учился выражать и контролировать эмоции.

**Пример упражнения**

Предложите ребенку игру «Угадай эмоцию». Показывайте мимику и жесты, соответствующие разным эмоциям (радость, грусть, злость), и попросите угадать, какую эмоцию вы изображаете. Затем поменяйтесь ролями.

Таким образом, развитие эмоционального интеллекта помогает детям легче адаптироваться к новым условиям, улучшает коммуникативные способности и способствует успешному обучению.
Воспитатель:Дикая О.В.