

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им.  
В.П.АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)  
Факультет начальных классов  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

**ХРЕНКОВА НАТАЛЬЯ ОЛЕГОВНА**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**ОСОБЕННОСТИ ПРОИЗВОЛЬНОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ ПРОЦЕССОВ  
В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

канд. психол. наук, доцент ВАК

Мосина Н.А.



подпись

\_\_\_\_\_  
Научный руководитель

канд. психол. наук, доцент ВАК

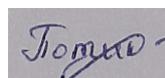
Гордиенко Е.В.



\_\_\_\_\_  
Дата защиты

\_\_\_\_\_  
Обучающийся

Хренкова Н.О.



\_\_\_\_\_  
Оценка \_\_\_\_\_

Красноярск 2020

**Отзыв**  
**научного руководителя**  
**на выпускную квалификационную работу**

Хренковой Натальи Олеговны

Ф.И.О. студента

*по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование*

**«ОСОБЕННОСТИ ПРОИЗВОЛЬНОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ  
ПРОЦЕССОВ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ»**

*тема выпускной квалификационной работы*

В процессе выполнения выпускной квалификационной работы студент(ка) освоил(а) следующие компетенции:

Формируемые компетенции	Продвину- тый уровень сформиро- ванности компетенций	Базовый уровень сформиро- ванности компетенций	Пороговый уровень сформиро- ванности компетенций
ОК-1 способность использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения		+	
ОК-2 способность анализировать основные этапы и закономерности исторического развития для формирования гражданской позиции		+	
ОК-3 способность использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве		+	
ОК-4 – способность к коммуникации в устной и письменной формах на русском и иностранном языках для решения задач межличностного и межкультурного взаимодействия;	+		
ОК-5 – способность работать в команде, толерантно воспринимать социальные, культурные особенности	+		
ОК-6 – способность к самоорганизации и самообразованию;	+		
ОК-7 – способность использовать базовые правовые знания в различных сферах деятельности	+		
ОК-8 – готовность поддерживать уровень физической подготовки, обеспечивающий полноценную деятельность	+		
ОК-9 – способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	+		
ОК-10 – способность использовать основы экономических знаний в различных сферах жизнедеятельности	+		
ОПК-1 – готовность сознавать социальную значимость своей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	+		
ОПК-2 – способность осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	+		
ОПК-4 – готовность к профессиональной деятельности в соответствии с нормативными требованиями	+		
ОПК-5 – владение основами профессиональной этики и речевой культуры;	+		
ОПК-6 – готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.	+		
ПК-1 – готовность реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов	+		
ПК-2 – способность использовать современные методы и технологии обучения и	+		

диагностики			
ПК-3 – способность решать задачи воспитания и духовно-нравственного развития, обучающихся в учебной и внеучебной деятельности;	+		
ПК-4 – способность использовать возможности образовательной среды для достижения личностных, метапредметных и предметных результатов обучения и обеспечения качества учебно-воспитательного процесса средствами преподаваемых учебных предметов;	+		
ПК-5 – способность осуществлять педагогическое сопровождение социализации и профессионального самоопределения обучающихся	+		
ПК-6 – готовность к взаимодействию с участниками образовательного процесса;	+		
ПК-7 – способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности;	+		
ПК-11 – готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования	+		
ПК-12 – способность руководить научно-исследовательской деятельностью обучающихся	+		

В процессе работы Н.О. Хренкова продемонстрировал (а)  
 \_\_\_\_\_  
 Фамилия Инициалы обучающегося  
продвинутой уровень сформированности проверяемых компетенций.

Студент(ка) при выполнении выпускной квалификационной работы проявил(а) себя как самостоятельный, мыслящий, ответственный исследователь, способный пройти все этапы научного пути: постановка проблемы, анализ литературы, проведение экспериментальной работы, интерпретация полученных данных. Н.О. Хренкова состоялась как педагог-исследователь.

Содержание ВКР \_\_\_\_\_ соответствует \_\_\_\_\_ предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Структура ВКР \_\_\_\_\_ соответствует \_\_\_\_\_ предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Оформление ВКР \_\_\_\_\_ соответствует \_\_\_\_\_ предъявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Выпускная квалификационная работа рекомендуется к защите.

20.06.2020

Научный руководитель \_\_\_\_\_



\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
 подпись

\_\_\_\_\_ / Е.В. Гордиенко  
 расшифровка подписи

users.antiplagiat.ru/report/print/65

**АНТИПЛАГИАТ**  
ТВОРИТЕ СОБСТВЕННЫМ УМОМ

## Отчет о проверке на заимствования №1

 **Автор:** lenchagor@mail.ru / ID: 3565792  
**Проверяющий:** (lenchagor@mail.ru / ID: 3565792)  
Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат» - <http://users.antiplagiat.ru>

---

<b>ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ</b>	<b>ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ</b>	
№ документа: 65 Начало загрузки: 27.06.2020 20:41:55 Длительность загрузки: 00:00:02 Имя исходного файла: ВКР Хренкова Н.О. Особенности произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте.pdf Название документа: ВКР Хренкова Н.О. Особенности произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте Размер текста: 1 кБ Символов в тексте: 136036 Слов в тексте: 16858 Число предложений: 1660	Последний готовый отчет (ред.) Начало проверки: 27.06.2020 20:41:58 Длительность проверки: 00:00:06 Комментарии: не указано Модули поиска: Модуль поиска Интернет	

---

<b>ЗАИМСТВОВАНИЯ</b> 29,02%	<b>САМОЦИТИРОВАНИЯ</b> 0%	<b>ЦИТИРОВАНИЯ</b> 0%	<b>ОРИГИНАЛЬНОСТЬ</b> 70,98%
--------------------------------	------------------------------	--------------------------	---------------------------------

Введите здесь текст для поиска

051  
28.06.2020

## Согласие

на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося  
в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Хренкова Наталья Олеговна

(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ им. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра

на тему: Особенности произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте

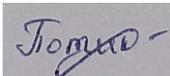
(название работы)

(далее - ВКР) в сети Интернет в ЭБС КГПУ им. В.П.Астафьева, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

24.06.2020

дата



подпись

## Оглавление

Введение.....	7
<b>Глава 1. Теоретические аспекты проблем произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте.....</b>	<b>10</b>
1.1. Проблема эмоций в психолого-педагогической науке.....	10
1.2. Особенности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте.....	21
1.3. Теоретическое обоснование эффективности использования театрализации.....	35
Выводы по первой главе.....	38
<b>Глава 2. Экспериментальное исследование произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте.....</b>	<b>39</b>
2.1 Методика проведения констатирующего исследования.....	39
2.2 Анализ результатов исследования.....	46
2.3 Методические рекомендации по развитию эмоционально-волевой сферы младших школьников.....	55
Выводы по второй главе.....	60
Заключение.....	63
Список использованных источников.....	65
Приложения.....	70

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Эмоциональное развитие ребенка часто становится объектом исследовательского интереса психологов. Это обусловлено тем, что к концу двадцатого века исследователи пришли к выводу, что именно эмоции выступают в качестве ядра почти у всех психологических новообразований.

Особенное значение и актуальность приобретает проблема развития произвольности эмоциональных процессов и поведения детей. Это направление в исследовании эмоциональной сферы является сложным, малоизученным в современной детской психологии. Среди авторов, уделивших особое внимание данному вопросу, Л.И. Божович, Н.И. Гуткина, В.А. Иванников, З.В. Мануйленко, Д.Б. Эльконин и др. Работы многих исследователей посвящены определению критериев, составляющих психологическую адаптацию детей к школе и к самому процессу обучения. В этом контексте авторами отмечается, что недостаточно развитая произвольная регуляция в целом, а также недоразвитие ее компонентов отрицательно отражается на успеваемости школьников, на особенностях их включения в процесс обучения.

Одной из важных задач в обучении является формирование у младших школьников эмоциональной произвольности, которая необходима для эффективного выполнения ими учебной и любой другой деятельности. В психологии и педагогике актуальность проблемы произвольности личности изучается с различных позиций: системно-деятельностного, мотивационного, личностного. А.В. Уварова считает, что эмоциональная произвольность представляет собой процесс управления собственными эмоциональными переживаниями, который предполагает осознание и принятие своего эмоционального состояния, выражение его в социально приемлемой форме и определенную самопомощь в случае негативных переживаний.

Необходимо отметить, что мнение о необходимости формирования эмоциональной произвольности в младшем школьном возрасте носит особую актуальность. Данное мнение подтверждается тем, что младший школьник не умеет управлять собой; снижается успеваемость в школе и ухудшается психосоматическое здоровье. Младший школьный возраст обладает возможностями для формирования личностной произвольности. Так же, по мнению исследователей (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Р.М. Грановская, В.В. Давыдов, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин и др.), формирование эмоциональной произвольности наиболее эффективно происходит в младшем школьном возрасте; оно связано с формированием способности к рефлексии и внутреннего плана действий, а также общей произвольности психических процессов. Младший школьник учится управлять своим поведением и своими эмоциями, произвольной становится организация его деятельности.

Это указывает на необходимость своевременного выявления нарушений данного аспекта развития школьников, что обуславливает актуальность изучения проблем произвольности эмоциональных процессов и выбор темы исследования.

**Цель исследования** – изучить актуальный уровень произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте и предложить психолого-педагогические рекомендации по развитию произвольности эмоциональных процессов младших школьников.

**Объект исследования** – эмоциональная сфера младших школьников.

**Предмет исследования** – особенности произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что младшие школьники имеют низкую саморегуляцию и произвольность эмоциональных реакций, отмечается низкий уровень эмоционального состояния, волевых качеств.

Для достижения цели исследования и проверки выдвинутой гипотезы были определены следующие **исследовательские задачи**:

- 1) Изучить понятие произвольности эмоциональных процессов.
- 2) Проанализировать психологические особенности младшего школьного возраста.
- 3) Разработать диагностическую программу по изучению произвольности эмоциональных процессов у младших школьников.
- 4) Провести анализ полученных результатов.
- 5) Предложить методические рекомендации по развитию произвольности эмоциональных процессов у младших школьников.

В качестве **методов исследования** были использованы теоретический анализ специальной литературы по проблеме исследования, метод эксперимента, количественный и качественный анализ экспериментальных данных, метод обобщения информации.

**База исследования** – муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 34» г. Красноярск.

**Структура выпускной квалификационной работы** состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников, приложения.

# **Глава 1. Теоретические аспекты проблем произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте**

## **1.1 Проблема эмоций в психолого-педагогической науке**

Человек узнает о значимости происходящего с помощью эмоций. Эмоции непосредственно отражают отношения между мотивами и реализацией, отвечающей этим мотивам деятельности. Эмоции в деятельности человека выполняют функцию оценки ее хода и результатов.

В Большом психологическом словаре эмоции определяются как особый класс психических процессов и состояния (человека и животных), связанных с инстинктами, потребностями, мотивами и отражающих в форме непосредственного переживания (удовлетворения, радости, страха и т.д.) значимых действующих на индивида явлений и ситуаций для осуществления его жизнедеятельности [23].

Однако понятие «эмоции» имеет ряд различных определений, которые так же широко используются в научной деятельности.

По мнению К.Э. Изарда, эмоции – это нечто, что переживается как чувство, которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и деятельность [24].

Е.П. Ильин считает, что эмоции – особая форма отражения внешнего мира и внутреннего состояния человека, связанное с удовлетворением и неудовлетворением его органических или социальных потребностей, с осуществлением или утратой его жизненных целей [27].

П.К. Анохин, определяя эмоцию, пишет: «Эмоции – физиологические состояния организма, имеющие ярко выраженную субъективную окраску и охватывающие все виды чувствований и переживаний человека – от глубоко травмирующих страданий до высоких форм радости и социального жизнеощущения» [5].

П.А. Рудик, давая определение эмоциям, отождествляет переживание и отношение: «Эмоциями называются психические процессы, содержанием

которых является переживание, отношение человека к тем или иным явлениям окружающей действительности» [41].

По Р.С. Немову, эмоции – это элементарные переживания, возникающие у человека под влиянием общего состояния организма и хода процесса удовлетворений актуальных потребностей [35].

У. Джемс полагал, что эмоция – есть стремление к чувствованиям, которая совершенно не поддается описанию [19].

М.С. Лебединский и В.М. Мясищев писали, что эмоции – одна из важнейших сторон психических процессов, характеризующая переживание человеком действительности. Эмоции представляют интегральное выражение измененного тонуса нервно-психической деятельности, отражающееся на всех сторонах психики и организма человека. Они говорили что [34]:

✓ Эмоции – реакция на ситуацию, а не отдельный раздражитель (Человек реагирует не на раздражитель, а на ситуацию, создаваемую этим раздражителем);

✓ Эмоции – реакция на ситуацию заранее и оценка ее заранее. В результате человек реагирует на еще не наступивший контакт с раздражителем. Выступают в качестве механизма предвидения.

✓ Эмоции – это дифференцированная оценка разных ситуаций. Эмоции тонко показывают значение.

✓ Эмоции – способ оценки будущей ситуации и механизм подготовки к ситуации.

✓ Эмоции – механизм закрепления позитивного и негативного опыта.

Таким образом, эмоции – это физиологические состояния и психические процессы, которые имеют ярко выраженную окраску и связаны с удовлетворением или неудовлетворением потребностей человека.

Е.П. Ильин выделяет роли, которые выполняют эмоции в жизни человека [27]:

- ✓ отражательно-оценочная роль эмоций – эмоции показывают субъективную окраску происходящим событиям вокруг и внутри нас;
- ✓ мотивационная роль эмоций – на всех этапах мотивационного процесса: при оценке значимости внешнего раздражителя, при возникновении и оценки значимости потребности, при выборе цели, при прогнозировании возможности удовлетворения потребности;
- ✓ активационно-энергетическая роль эмоционального реагирования – способствует радости, воодушевлению и мобилизации сил организма;
- ✓ дезорганизирующая роль эмоций – чувство страха может помешать человеку в достижении какой-либо цели, вызывая у него пассивно оборонительную реакцию (ступор при сильном страхе, как результат – не достижение поставленных целей);
- ✓ коммуникативная роль эмоций – эмоции за счет своего экспрессивного компонента (главным образом – экспрессия лица) принимают участие в установлении контакта с другими людьми в процессе общения с ними, в воздействии на них.

П.К. Анохин выделяет единственную роль эмоций в поведении человека [5] – оздоровительную роль эмоций – эмоциональные переживания удерживают жизненные процессы в оптимальных границах и предупреждают разрушительный характер недостатка или избытка жизненно важных факторов через переживание потребности.

В разных интерпретациях психологами определения понятия эмоции, прослеживается их общая суть: эмоции – это переживания каких-либо чувств человека (животного). Они служат одним из главных механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворение актуальных потребностей.

Эмоции возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа определяют биологическую значимость состояний организма и внешних воздействий. В ходе развития эмоции разделяются,

образуя различные виды, главным отличием которых является особенность их протекания.

Ранее выделялось следующая форма проявления эмоций:

✓ Простейшая форма эмоций – эмоциональный тон ощущений – это врожденный переживания человека, которые сопровождают отдельно жизненно важные процессы человеческого организма. Например, такие как, вкусовые, волевые и т.д. Данная форма подразделяется на два класса:

- положительные эмоции – эмоции, вызванные полезными воздействиями;
- отрицательные эмоции – стимулируют активность, направленную на избежание вредных воздействий.

Когда человек не справляется с возникшей ситуацией в экстремальных условиях, проявляется состояние аффекта – особый вид эмоциональных явлений, которые отличаются способностью тормозить психические процессы и навязывать определенный закрепившийся в эволюции способ «аварийного» разрешения ситуации.

В научной деятельности выделяются следующие характерные черты эмоций (Е.П. Ильин) [27]:

- ✓ интенсивность выражения эмоции;
- ✓ ограниченная продолжительность: длительность эмоции ограничена временем действия причины возникновения этой эмоции или временем воспоминания о ней;
- ✓ хорошая осознаваемость причин ее появления;
- ✓ связь с конкретным объектом, обстоятельством – не бывает беспричинного возникновения эмоций, человек испытывает удовольствие, например, от просмотра фильма, встречи с человеком;
- ✓ полярность – противоположные друг другу эмоции по качеству переживаний, образуют некие пары: наслаждение и отвращения, радость и печаль, гнев и страх.

Функции эмоций (Е.П. Ильин) [27]:

1. Приспособительная функция – проявляется в жизнедеятельности животных путем в борьбе за выживание в превосходстве одних над другими. Поэтому естественный отбор закрепил в животном царстве это важное психофизиологическое свойство.

2. Сигнальная функция – например, сигналом является голод, он возникает до того, как иссякнут запасы питательных веществ в организме человека; усталость и изнеможение возникает намного раньше, чем истощаются энергетические резервы в мышцах.

3. Приспособительная функция – позитивные эмоции, которые возникли при взаимодействии организма со средой способствуют закреплению полезных навыков и действий, а негативные эмоции принуждают организм уклоняться от вредоносных факторов.

4. Коммуникативная функция – благодаря эмоциям мы хорошо понимаем другого человека, можем без слов понять в каком состоянии близкий нам человек; эмоции помогают настроить нас на дальнейшее общение. Люди разной культуры способны различать и оценивать эмоциональное состояние человека.

Анализ конкретной эмоции происходит на трех уровнях – во-первых, эмоция выполняет специфически биологическую функцию (направляет поток крови и энергию от гладких мышц внутренних органов к мышцам, ответственным за движения); во-вторых, на человека эмоция осуществляет мотивирующее воздействие – организуя и направляя его восприятие, поведение и мышление; в-третьих, любая эмоция выполняет социальную функцию.

Особенности эмоций:

- Эмоции носят положительный и отрицательный характер (если предметы или явления соответствуют нашим потребностям, то они носят положительный характер; если нет, то они вызывают переживания и носят отрицательный характер).

- Социальная, общественная и личная оценки эмоций

положительных и отрицательных могут не совпадать. Например, эмоции стыда, угрызения совести носят отрицательный характер для человека, но в то же время для общества они полезны, следовательно, положительны.

- Эмоции имеют взаимосвязь и отличаются сложностью. Иногда можно переживать отрицательные и положительные эмоции одновременно.

- Эмоции рассматривают с точки зрения состояния человека (пассивное или активное). С этой точки зрения эмоции делятся на стенические и астенические.

- Эмоции тесно связаны с потребностями человека – при удовлетворении своих потребностей человек испытывает положительные эмоции, а при невозможности получения желаемого – отрицательные.

- Личность человека зарождается под воздействием прожитых переживаний.

- Человек мимикой и жестами передает свои эмоции и переживания другим людям. Языком общения являются мимика, жесты, интонация, вздохи и так далее.

Широко распространено в психологии разделение эмоций на положительные и отрицательные, на позитивные и негативные.

1. Положительные эмоции – радость, восторг, удовлетворенность, доверие, восхищение, симпатия, любовь.

2. Негативные эмоции – грусть, отчаяние, тревога, тоска, огорчение, обида, страх, негодование, злость, ненависть, зависть, ярость и отвращение.

3. Нейтральные эмоции – безразличие, изумление и любопытство.

Однако, чтобы отнести проявившуюся эмоцию к тому или иному виду, необходимо так же рассмотреть обстоятельства, при которых возникла та или иная эмоция человека. Например, вспышка гнева может способствовать выживанию человека, защите личного достоинства, исправлению социальной несправедливости.

Так же есть еще одна классификация эмоций, предложенная Е.И. Роговым. Эмоции делятся на [39]:

1. Стенические – они пробуждают человека, вызывают бодрость, повышают энергию и активность индивида; повышается давление, сердце работает сильнее, увеличивается темп дыхания. Например, гнев, ненависть, радость.

2. Астенические – они угнетают человека, уменьшают энергию и активность человека, дыхание редкое, сердце бьется слабее. Например, печаль, уныние, подавленность.

Горе и страх могут проявиться и в стенической и в астенической форме. Это все зависит от типа нервной системы человека. Приведем пример: бурная радость – стеническая эмоция, она вызывает бурю эмоций и прилив сил; спокойная радость – расслабляет человека.

К.Э. Изард один из первых выделяет такой вид эмоций, как фундаментальные – эмоции, которые обеспечиваются врожденными нейронными программами.

Виды фундаментальных эмоций [24]:

1. Интерес – эмоция позитивного типа, которая способствует развитию навыков и умений и приобретению знаний

Функции интереса:

✓ Биологическая – интерес служит источником энергии для поведения;

✓ Мотивационная – данная функция делится на два типа. Первый тип связан с процессами, которые устремляют человека к определенной цели. Второй тип связан с социальной мотивацией – яркое проявление чувств индивида мотивирует поведение окружающих его людей и взаимодействие с ним.

✓ Социальная – для благополучия и цивилизации человека требуется определенная степень социальной организации и порядка.

В мотивации успеха интерес играет важную роль, интерес необходим для развития навыков, направлен на совершенствование врожденных способностей.

2. Радость – состояние положительного типа, которое связано с возможностью полного удовлетворения потребности.

Функции радости:

✓ Социальная – формирование чувства привязанности и взаимного доверия в отношениях между людьми.

✓ Биологическая – это состояние физиологического покоя, когда при испытывании чувства радости все системы человеческого организма функционируют свободно и легко, тело и разум находятся в расслабленном состоянии, позволяя восстановить затраченную энергию.

Это чувство возникает спонтанно при достижении какого-либо результата, цели.

3. Удивление – эмоциональная реакция, не имеющая четко выраженного отрицательного или положительного знака.

4. Стрдание – эмоциональное состояние, имеющее негативную окраску.

5. Гнев – отрицательное эмоциональное состояние, проявляющееся в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

6. Отвращение – отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами), взаимодействие с которыми вступает резкое противоречие с нравственными, эстетическими, идеологическими и этическими принципами субъекта.

7. Презрение – эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и проявляющееся в разногласии жизненных позиций, взглядов и модели поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и модели поведения объекта чувства.

8. Страх – эмоциональное состояние, проявляющееся при получении индивидом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной и воображаемой опасности.

9. Стыд – состояние человека, проявляющееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков, внешности не только ожиданиями окружающих, но и собственным представлением о подобающем поведении и внешнем облике.

10. Смушение – это избежание прямой социальной стимуляции.

11. Вина – эмоциональное состояние, проявляющееся в стимулировании мыслительных процессов, связанных с осознанием провинности и с перебором возможных вариантов для исправления ситуации.

12. Печаль – эмоциональное состояние, проявляющееся в разнообразных проблемных ситуациях, с которыми человек сталкивается в повседневной жизни – неудовлетворенной первичной потребности, образы, представления и воспоминания.

Классификация эмоций (Е.П. Ильин) [27]:

1. Классификация Т.Брауна. Он подразделяет эмоции на непосредственные (здесь и сейчас), ретроспективные и проспективные.

2. Классификация П.В. Симонова. Он получил четыре пары «базисных» эмоций: удовольствие – отвращение, радость – горе, уверенность – страх, торжество – ярость. Так же он подразделили эмоции на первичные (базовые) – радость, горе и вторичные (интеллектуальные) – интерес, волнение.

Критерии базовых эмоций:

- ✓ Базовые эмоции имеют отчетливые субстраты.
- ✓ Она проявляет себя при помощи мимики.
- ✓ Базовая эмоция несет в себе переживания.
- ✓ Они возникли в результате эволюционно-биологических процессов.

- ✓ Базовые эмоции служат для адаптации человека

Этим критериям отвечают эмоции интереса, радости, удивления, печали, гнева, презрения и страха.

3. Эмоции по длительности делятся на краткосрочные и

длительные.

В зависимости от силы и длительности, устойчивости различают эмоции:

✓ Настроение – это слабо выраженное эмоциональное состояние, которое в последствии отражается на деятельности и поведении человека. Настроение часто бывает длительным и устойчивым. Может продолжаться днями, неделями, месяцами, а иногда захватывает целый период жизни человека. Настроение имеет два типа проявления: стеническое и астеническое – радостное и печальное, сердитое и добродушное. Тот или иной вид проявления зависит от различных событий и обстоятельств, происходящих в жизни человека, а также от физического самочувствия. Некоторые люди заблуждаются, думая, что тот или иной тип настроения проявляется беспричинно. Настроением нужно уметь управлять – плохое настроение преодолевать волевыми усилиями, например, заниматься деятельностью, которая приятна и интересна [27] .

✓ Аффект – это кратковременная, бурно протекающая эмоциональная реакция, носящая характер эмоционального взрыва (вспышка гнева, радости, горя). Аффекты могут сопровождаться, как двигательным перевозбуждением, так и вызвать оцепенение, заторможенность речи и полное безучастие, плавно сочетая в себе отчаяние и страх. Представители неуравновешенного типа более склонны к аффекту. Но чаще всего поведение в состоянии аффекта есть следствие недостаточной воспитанности человека, неумение владеть собой, контролировать свое поведение. Реакции такого рода чаще всего проявляются у детей и подростков, так как процессы самоконтроля еще недостаточно сформировано [27] .

✓ Чувство – это выражение человеком своего положительного или отрицательного, т.е. эмоционально-оценочного, относительно устойчивого отношения к каким-либо объектам (людям, животным, вещам) [27]. Высшие чувства присущи только человеку. Они тесно связаны с его личностью, с отношением к жизни, к людям, с убеждениями и взглядами. Одно и то же

чувство может проживаться и проявляться по-разному, в зависимости от того, в каком эмоциональном состоянии человек находится на данный момент. Чувства проявляются у людей по-разному, потому что у каждого человека есть свой собственный набор индивидуальных черт и личностных качеств, которые оказывают влияние на чувства. В науке все чувства принято условно разделять на 4 основных вида: нравственные, интеллектуальные, эстетические, социальные.

✓ Эмоция – это психическое отражение в форме непосредственного, пристрастного переживания, жизненного смысла явлений и ситуаций, обусловленного отношением их объективных свойств к потребностям субъекта [50]. 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.. Эмоции отличаются от других видов эмоциональных процессов: аффектов, чувств и настроений.

✓ Стресс – состояние психического напряжения, которое возникает у человека в процессе деятельности в наиболее трудных и сложных условиях. Во время переживания внешнего давления изменяется состояние организма: физические процессы ускоряются, нервная система работает в усиленном режиме. Выделяют два вида стресса: положительный и отрицательный. Он зависит от особенностей факторов влияния и личного отношения человека к ним. Длительная подверженность внешнему давлению истощает организм. Поэтому его воздействие нужно сокращать и ослаблять, иначе даже положительный стресс приведет к негативным последствиям.

Роль эмоций в жизни человека очень важна, ее невозможно переоценить. Люди могут быть воспитаны по-разному, но эмоции у всех одинаковые и выражают одно и то же. Эмоции готовят человека к определенным действиям – когда человек находится в критической ситуации,

то у него появляются определенные эмоциональные и физиологические реакции.

Таким образом, эмоции – это физиологические состояния и психические процессы, которые имеют ярко выраженную окраску и связаны с удовлетворением или неудовлетворением потребностей человека. Выделены следующие функции эмоций: приспособительная, сигнальная и коммуникативная. Разделение эмоций происходит на положительные, негативные и нейтральные. Также существует разделение эмоций на стенические и астенические.

## **1.2 Особенности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте**

Границы младшего школьного возраста, совпадающие с периодом обучения в начальной школе, устанавливаются в настоящее время с 6-7 до 9-11 лет. Возрастная периодизация по Д.Б. Эльконину изучает разные периоды психологического развития детей. Этот возрастной период характерен для детей, возраст которых от 7 до 11 лет. Социальное развитие ребёнка характеризуется резким изменением формата жизни. В окружении детей появляются социальные взрослые, в качестве которых выступают учителя общеобразовательных учреждений. Вместе с наступлением очередного кризиса социального развития завершается целая эпоха детства. В среднем это происходит, когда детям исполняется 12 лет.

По возрастной периодизации Л.С. Выготского в этом периоде изменяется способность к произвольной регуляции поведения. Происходит новый уровень развития потребностно-мотивационной сферы; ребенок руководствуется сознательными целями, а также выработанными правилами и нормами поведения. В 7 лет у ребенка появляется обобщенное отношение к себе. Специфика этого возраста состоит в том, что цели деятельности ребенка задаются взрослыми [15].

«Школьники первоначально, естественно, не умеют самостоятельно формулировать учебные задачи и выполнять действия по их решению» [12]. В этом периоде происходит физическое и психофизиологическое развитие ребенка, которое обеспечивает возможность систематического обучения в школе. В момент начала обучения в школе ребенок становится «общественным» субъектом и имеет теперь социально значимые обязанности, выполнение которых получает общественную оценку. В младшем школьном возрасте зарождается новый тип отношений с окружающими людьми. Авторитет взрослого постепенно уменьшается и в конце младшего школьного возраста для ребенка в большей мере авторитет начинают приобретать сверстники, возрастает роль детского сообщества.

«Своеобразие и сложность учебно-познавательной деятельности школьного периода заключается в том, что она осуществляется преимущественно в условиях непосредственного общения с учителями и учениками класса и школы» [4].

Младший школьный возраст является сензитивным для развития, формирования, освоения и становления следующих характеристик:

- ✓ мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов;
- ✓ продуктивных приемов и навыков учебной работы;
- ✓ индивидуальных особенностей и способностей;
- ✓ навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции;
- ✓ адекватной самооценки, развития критичности по отношению к себе и окружающим;
- ✓ социальных норм, нравственного развития;
- ✓ навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов.

Проблемами младшего школьного возраста занимались многие психологи: Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов, Л.И. Айдарова, Ю.А. Полуянов и др. Рассмотрим особенности социальной ситуации развития детей младшего

школьного возраста.

Первый и самый важный момент – это начало обучения в школе. У ребенка происходит перестройка всех систем отношений с действительностью. Если у дошкольника существовали две сферы социальных отношений: «ребенок – взрослый» и «ребенок – ребенок», то теперь в системе отношений «ребенок – взрослый» произошли изменения. Она разделилась на две части: «ребенок – родитель» и «ребенок – учитель».

Система «ребенок – учитель» начинает определять отношение ребенка и к родителям, и к детям. Это было экспериментально показано Б.Г. Ананьевым, Л.И. Божович, И.С. Славиной. Данные отношения становятся для ребенка центральными, потому что появляется оценочная система: хорошие отметки и хорошее поведение, оценивание исходит от учителя. От того, какие оценки он будет получать, зависят отношения со сверстниками и родителями [10].

Отношения «ребенок – учитель» превращаются в отношения «ребенок – общество». В учителе оказываются воплощенными требования общества. В школе построена система определенных отношений, и ее носителем является учитель. Д.Б. Эльконин отмечал, что дети очень чутки к тому, как учитель относится к детям. Если ребенок замечает, что учитель кого-то выделяет, то уважение к нему снижается. В первое время дети строго следуют указаниям учителя, но если он проявляет лояльность по отношению к правилу, то правило начинает разрушаться изнутри.

Меняются и отношения «ребенок – ребенок». Отмечается уменьшение коллективных связей и отношений между детьми по сравнению с подготовительной группой детского сада. Взаимоотношения первоклассников во многом определяются учителем: через организацию учебной деятельности, он способствует формированию статусов и межличностных отношений в классе. Ребенок начинает относиться к другому ребенку с позиции того, как этот ребенок относится к образцу, который вводит учитель. Ко 3 и 4 классу личность учителя становится менее значима,

но зато связи с одноклассниками становятся более тесными. Обычно дети начинают объединяться по симпатиям и общим интересам. Характерная черта взаимоотношений младших школьников состоит в том, что их дружба основана, как правило, на общности внешних жизненных обстоятельств и случайных интересов. Сознание младших школьников еще не достигает того уровня, чтобы выбирать друзей по каким-либо существенным качествам личности, но в целом дети 3—4 классов глубже осознают те или иные качества личности, характера. И уже в 3 классе при необходимости выбрать одноклассников для совместной деятельности около 75% учащихся мотивируют выбор определенными нравственными качествами других детей.

С началом обучения в школе у ребенка изменяются отношения с окружающими людьми. Свобода дошкольного детства сменяется отношениями зависимости и подчинения определенным правилам. Родители начинают контролировать его: интересуются оценками и высказывают свое мнение по поводу них, проверяют домашние задания, составляют режим дня. Ребенку начинает казаться, что родители стали любить его меньше, потому что теперь их больше всего интересуют оценки. Это возлагает на него новую ответственность: ему приходится контролировать свои ситуативные импульсы, организовывать свою жизнь. В результате ребенок начинает испытывать чувство одиночества и отчуждения от близких.

Новая социальная ситуация ужесточает условия жизни ребенка и выступает для него как появление стресса. У каждого ребенка меняется эмоциональное состояние, повышается психическая напряженность, что отражается как на физическом здоровье, так и на поведении. Характер адаптации ребенка к новым условиям жизни и отношение к нему со стороны родных способствуют развитию чувства личности.

Ведущей в младшем школьном возрасте становится учебная деятельность. Она определяет важнейшие изменения, происходящие в развитии психики детей на данном возрастном этапе. В учебной деятельности складываются психологические новообразования,

характеризующие наиболее значимые достижения в развитии младших школьников. Эти новообразования являются фундаментом, который обеспечивает развитие на следующем возрастном этапе. Мотивация к учебной деятельности, которая была очень сильной в первом классе, начинает снижаться. Это происходит потому, что у ребенка пропадает интерес к учебе, а также это связано с тем, что у него уже есть завоеванная общественная позиция, ему нечего достигать. Чтобы у детей этого не произошло нужно придать новую значимую мотивацию учебной деятельности. Ведущая роль учебной деятельности не исключает того, что младший школьник активно включен и в другие виды деятельности, в ходе которых совершенствуются и закрепляются его новые достижения.

Учебная деятельность сложна по структуре и к началу школьного обучения только начинает складываться. Структура учебной деятельности включает:

- мотивы;
- учебные задачи;
- учебные действия;
- действия контроля;
- действия оценки.

Возрастные особенности, требующие учета и изменения подходов к воспитанию ребенка, формируются под влиянием проявляющихся новообразований в его развитии. Новообразование — это то, что появилось впервые в результате взросления. В учебной деятельности складываются психологические новообразования, характеризующие наиболее значимые достижения в развитии младших школьников. Эти новообразования являются фундаментом, который обеспечивает развитие на следующем возрастном этапе. Младший школьный возраст является периодом интенсивного развития и качественного преобразования процессов. Ребенок постепенно овладевает своими психическими процессами, учится управлять вниманием, памятью, мышлением.

Согласно Л.С. Выготскому, с началом школьного обучения мышление выдвигается в центр сознательной деятельности ребенка. Развитие словесно-логического, рассуждающего мышления, происходящее в ходе усвоения научных знаний, перестраивает и все другие познавательные процессы: «память в этом возрасте становится мыслящей, а восприятие — думающим» [15]

Согласно О.Ю. Ермолаеву, на протяжении младшего школьного возраста в развитии внимания происходят существенные изменения, идет интенсивное развитие всех его свойств: особенно резко (в два раза) увеличивается объем внимания, повышается его устойчивость. В 9-10 лет дети могут достаточно долго сохранять внимание и выполнять произвольно заданную программу действий [20].

В младшем школьном возрасте память, как и другие психические процессы, существенно меняются – память ребенка становится регулируемой и опосредованной. В этом возрасте развивающая работа по овладению мнемической деятельности является в этот период наиболее эффективной. В.Д. Шадриков и Л.В. Черемошкина выделили 13 мнемических приемов, или способов организации запоминаемого материала: группировка, выделение опорных пунктов, составление плана, классификация, структурирование, схематизация, установление аналогий, мнемотехнические приемы, перекодирование, достраивание запоминаемого материала, серийная организация ассоциации, повторение. Трудность в выделении главного проявляется в основном виде учебной деятельности школьника — в пересказе текста. Психолог А.И. Липкина, исследовавшая особенности устного пересказа у младших школьников, заметила, что краткий пересказ дается детям гораздо труднее, чем подробный. Рассказать кратко — это значит выделить основное, а дети этого не умеют.

Эти особенности мыслительной деятельности школьников являются причинами неуспеваемости некоторой части учащихся. Если дети не могут преодолеть трудности в учебе, они могут отказаться от активной

мыслительной работы. Ученики используют приему («обходные пути»), например, заучивание текста без понимания смысла, не могут ответить на вопросы по тексту.

В этом возрасте происходит появление другого новообразования — произвольного поведения. Дети становятся самостоятельными и сами решают как поступить в определенной ситуации. В основе этого вида поведения лежат нравственные мотивы, формирующиеся в этом возрасте. То есть их поведение связано с основным мотивом, доминирующим в этом возрасте — мотивом достижения успеха. С формированием у младших школьников произвольного поведения тесно связаны такие новообразования, как планирование результатов действия и рефлексия. Дети могут оценить свои действия и поступки самостоятельно. Ребенок размышляет о своих действиях и может утаить свои переживания.

Все эти изменения приводят к выплескам эмоций на взрослых, желаниям сделать то, что хочется. «Негативное содержание этого возраста проявляется в первую очередь в нарушении психического равновесия, в неустойчивости воли, настроения и т. д.». Развитие личности младшего школьника зависит от школьной успеваемости, оценки ребенка взрослыми. «Значительную роль в установлении нравственных норм и развитии детских интересов играет учитель, степень успешности будет зависеть от типа отношения учителя с учениками». В младшем школьном возрасте происходит рост стремления детей к достижениям. Поэтому основным мотивом деятельности ребенка в этом возрасте является мотив достижения успеха.

Под эмоционально-волевой сферой понимаются свойства человека, которые характеризуют динамику, качество и содержание его чувств и эмоций. Развитие эмоционально-волевой сферы является важнейшим аспектом развития личности в целом. Это является не только предпосылкой успешного усвоения знаний, но и определяет успех обучения в целом, способствует саморазвитию личности. Развитие эмоционально-волевой

сферы является сложным процессом, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия – наследственность, особенности его физического развития. Развитие этой сферы соответствует основным этапам её психического развития, начиная с раннего детства до подросткового периода. Для каждого этапа характерен определенный уровень нервно-психического реагирования на различные воздействия социальной среды. В каждом из них проявляются эмоциональные, поведенческие, характерологические особенности, свойственные тому или иному возрасту. Эти особенности отражают проявления нормального возрастного развития.

Наиболее выражены данные особенности в периоды связанные с интенсивным физическим развитием детского организма и соответствующие возрастным кризисам 3 и 7 лет. В период кризиса 3 лет преобладают реакции оппозиции, протеста, упрямства как одного из вариантов негативизма, которые протекают на фоне повышенной эмоциональной возбудимости, обидчивости, плаксивости.

Возраст 7 лет сопровождается более глубоким осознанием своих внутренних переживаний на основе, формирующегося опыта социального общения. В этот период закрепляются позитивные и негативные эмоциональные реакции.

По мнению Е.П. Ильина эмоциональная сфера младших школьников характеризуется [27]:

- 1) легкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;
- 2) непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний — радости, печали, страха, удовольствия или неудовольствия;
- 3) готовностью к аффекту страха; в процессе учебной деятельности страх ребенок переживает как предчувствие неприятностей, неудач, неуверенности в своих силах, невозможность справиться с заданием;

школьник ощущает угрозу своему статусу в классе, семье;

4) большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений (на общем фоне жизнерадостности, бодрости, веселости, беззаботности), склонностью к кратковременным и бурным аффектам;

5) эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учебе и оценка этих успехов учителем и одноклассниками;

6) свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, так же как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников.

Эмоциональный мир школьника разнообразен – это и волнения (например, связанные со спортивными играми), и обида или радость (возникает в общении со сверстниками). Одна из важнейших задач школы и учителя – воспитание положительных эмоций у детей и воспитание у них умения управлять своими эмоциями, подчинять их разуму и воле. Процесс обучения с привлечением ярких иллюстраций делает учение интересным, продуктивным и вызывает у детей нужные эмоции. В первые учебные годы у ребенка развиваются моральные чувства – чувство товарищества, ответственности за класс, сочувствие к горю окружающих, негодование при несправедливости. Очень важно, когда ребенок переживает эти чувства – тогда ему легче поступать в соответствии с теми нормами, которые внушаются взрослыми. В этом возрасте эмоции быстро сменяют друг друга, дети бурно реагируют на все события, но отличаются эмоциональной устойчивостью.

Эмоции важны для приобретения индивидуального опыта. Здесь эмоции вызываются ситуациями и сигналами, предшествующими прямым вызывающим эмоции воздействиям, что позволяет субъекту заблаговременно к ним подготовиться. Обычно у здорового ребенка 6-10 лет преобладают положительные эмоции, жизнерадостное, веселое, бодрое настроение.

Многое вокруг у детей вызывает интерес, радость, ликование, доходящее до восторженного состояния. Если у ребенка случилась какая-то неудача, то он может очень сильно расстроиться, но его печаль так же быстро проходит, не оставляя никакого следа в памяти ребенка. Характерным для этого возраста является недостаточное умение управлять своими чувствами, сдерживать или не показывать их. Эмоции обычно ярко проявляются в речи ребенка, мимике и пантомимике, в плаче или смехе. Большое влияние на развитие эмоциональной жизни ребенка оказывает школьное обучение. С приходом в школу ребенок получает много новых впечатлений, вызывающих у него немало различных чувств. В первые дни обучения у детей появляется, с одной стороны, чувство удовлетворения, гордости, что и они стали большими, ходят с книжками и тетрадями, выполняют свои обязанности, как взрослые. С другой стороны, дети довольно часто испытывают чувство смущения, а временами и робости, от незнания новых для них правил взаимоотношения с учителем и неумения выполнять его указания и установленные в школе порядки. Однако довольно скоро эти чувства неловкости, а порой и растерянности проходят, и ребенок осваивается с условиями школьной жизни. Теперь его переживания связаны главным образом с успехами и неудачами в учебе, с похвалой или неодобрением учителя. Плохо, если с первых лет учения у школьника появляется безразличное отношение к оценкам, которые он получает. Однако, нехорошо и такое положение, когда сильные эмоции, связанные с отметками, вытесняют все другие положительные чувства, которые может дать учение. В этих случаях ученик не интересуется знаниями, а думает только о том, как оценивается его успеваемость.

Выделяют три уровня социально-эмоционального развития детей младшего школьного возраста [36].

Низкий:

✓ нежелание и неумение действовать совместно со взрослыми и сверстниками;

- ✓ отсутствие инициативы в общении;
- ✓ избегание взаимодействия;
- ✓ отсутствие самоконтроля в действиях, поведении и эмоциях;
- ✓ исключительная ориентация на собственные действия;
- ✓ непризнание правил и норм общения и деятельности;
- ✓ отсутствие понятий «хорошо-плохо» или нежелание им следовать

при сформированности;

- ✓ конфликтность, агрессивность.

Средний:

- ✓ недостаточная инициативность в общении;
- ✓ предпочтение исключительно пассивных ролей;
- ✓ ситуативная регуляция аффективных проявлений;
- ✓ неумение улаживать конфликты;
- ✓ принятие помощи и возможность ее оказания.

Высокий:

✓ желание вступать в общение, взаимодействовать длительное время;

- ✓ успешное участие в коллективных делах;
- ✓ успешное выполнение и лидерских, и пассивных ролей;
- ✓ умение уладить конфликт, уступить или настоять на своем;
- ✓ признание и адекватное выполнение правил, предложенных

взрослыми;

- ✓ заботливое отношение к миру чувств людей и предметному миру;
- ✓ умение занять себя;
- ✓ владение адекватными способами выражения своего внутреннего

состояния.

Эмоциональность у детей проявляется по-разному: некоторые дети эмоциональны внешне (шумные, плаксивые), другие внутренне (боязливые, тревожные), но и тем и другим сложно справиться со своими эмоциями. Эмоциональные дети очень часто страдают от отсутствия физической

активности. Необходимо научить боязливых и агрессивных детей расслаблению, так как постоянные внутренние зажимы могут приводить к психосоматическим заболеваниям. С точки зрения детской психологии, ребенку легче обращать на себя внимание негативными поступками, а быть хорошим трудно и не так уж и весело, поэтому нужно поощрять его. Задача взрослого – помочь ребенку преодолеть все трудности, связанные с развитием.

Учебная деятельность изменяет содержание чувств младшего школьника и соответственно, определяет общую тенденцию их развития — осознанность и сдержанность. Осознание своих чувств и соответственно понимание чувств других людей (по исследованиям П.М. Якобсона) у младших школьников не совершенны. Они часто не в состоянии правильно воспринимать мимику лица, выражающую то или иное чувство, неверно истолковывают выражение тех или других чувств окружающих, что влечет за собой и неадекватную ответную реакцию ребенка. Участие в учебной деятельности на уроках и общение с учителем и коллективом в процессе обучения требуют большой сдержанности в чувствах, что первое время дается ему с трудом. Однако повседневные школьные обязанности, требования, предъявляемые к детям учителем, а позже и коллективом, заставляют их вести себя все более сдержанно, при этом младшие школьники постепенно учатся контролировать свое поведение.

Моторные реакции, выражающие чувства, характерные для дошкольника и для первоклассника, начинают заменяться речевыми. К 3 классу заметно развивается речевая выразительность, обогащается интонация. Младший школьник, начиная с 1 класса, старается справиться с сильным волнением. В целом его общий эмоциональный тонус, настроение характеризуют жизнерадостность, бодрость, веселое оживление. Сохраняется также и большая впечатлительность. Драматические события, увиденные в театре, кино, пережитые в семье, приводят к страху, испугу и могут длительное время волновать ребенка, отвлекая от учебы.

У младших школьников начинают интенсивно развиваться интеллектуальные чувства. Активное познание в процессе учебной деятельности связано с преодолением трудностей, успехами и неудачами, поэтому возникает целая гамма чувств: удивление, сомнение, радость познания и в связи с ними интеллектуальные чувства, ведущие к успеху в учебной деятельности, такие как любознательность, чувство нового. Возникновение интеллектуальных чувств связано с потребностью в познании нового в соответствии с познавательным интересом. В 1 классе их интерес вызывают факторы и события, а значит, для развития интеллектуальных чувств важно опираться на яркие представления, наглядность.

Эстетические чувства младшего школьника, как и у дошкольника, развиваются в процессе восприятия литературных произведений, причем самым благоприятным материалом для их развития является в первую очередь поэзия. В исследованиях ряда отечественных психологов подчеркивается, что благодаря этому виду литературных произведений у детей возникает эмоциональное отношение к стихам. Вместе с тем эстетическая сторона художественного произведения должна специально выделяться и подчеркиваться педагогами. Только при соответствующем обучении младшие школьники способны дать эмоциональную оценку доступного им музыкального произведения. Так же обстоит дело и с восприятием произведений живописи: без целенаправленного воспитания их эстетических чувств, без обучения пониманию художественной ценности картины дети интересуются лишь изображенным художником сюжетом.

В процессе обучения ребенку необходимо постоянно действовать в соответствии с требованиями учителя или по образцу. Часто учебные действия, совершаемые им, непосредственно его потребностям не удовлетворяют и требуют применения волевых усилий. Произвольность действий, формируясь в процессе обучения, становится новообразованием младшего школьного возраста. Но формирование произвольности, и особенно волевых действий, требующих преодоления внешних или

внутренних препятствий, процесс длительный и сложный. Во время усвоения знаний, умений и навыков у младшего школьника не только совершенствуется сам волевой акт, но и формируются волевые качества личности, причем совершенствование волевого акта в учебной деятельности происходит постоянно потому, что перед ним возникают все новые и более сложные цели, к достижению которых он стремится.

Руководящая роль в формировании адекватного поведения школьников принадлежит взрослым. Другой очень важной волевой чертой характера младшего школьника является выдержка. Проявляется эта черта сначала в умении подчиняться требованиям взрослых. Позже у младшего школьника возникает умение сдерживаться, подчиняясь режиму школьной жизни и распорядку времени после школы, самостоятельно организуя выполнение домашних заданий и своего досуга. У него также проявляется и противоположная сдержанности отрицательная черта характера – импульсивность. Импульсивность как результат повышенной эмоциональности в этом возрасте проявляется в быстром отвлечении внимания на яркие неожиданные раздражители, на все то, что своей новизной захватывает ребенка. Настойчивость как важнейшая волевая черта характера развивается к 3 классу и позволяет учащимся добиваться успеха в учебе даже при больших трудностях. Развитие волевых черт характера младшего школьника тесно связано с развитием его нравственных качеств: коллективизма, честности, чувства долга, патриотизма и других качеств.

Таким образом, младший школьный возраст является наиболее ответственным этапом школьного периода. Основные достижения этого возраста обусловлены ведущим характером учебной деятельности и являются во многом определяющими для последующих лет обучения: к концу младшего школьного возраста ребенок должен хотеть учиться, уметь учиться и верить в свои силы. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта

познаний и деятельности. Основная задача взрослых в работе с детьми младшего школьного возраста — создание оптимальных условий для раскрытия и реализации возможностей детей с учетом индивидуальности каждого ребенка.

### **1.3 Теоретическое обоснование эффективности использования театрализации**

Театрализация (театральная деятельность)— это популярный вид детского творчества. Эта деятельность понятная и близкая ребенку, т.к. она связана с игрой. Любое действие из окружающей среды ребенку хочется выразить в образах и действиях. Он входит в образ и старается копировать то, что его заинтересовало, и получает от этого эмоциональное удовольствие. С рождения у человека есть механизм выражения эмоций – это мимика. Считается, что главный путь выражения эмоций – это лицевая выразительность. Выразительность проявляется через речь, мимику и пантомимику [24].

По мнению С.В. Никитин, в театрализации формируются: волевые качества (упорство и целеустремленность); круг интересов и любознательность. Благодаря, театральной деятельности ребенок развивает мыслительные навыки, а также учится преодолевать нерешительность, повышает самооценку и развивает творческие способности [39]. Театрализация наполнена различными эмоциями – восторгом, интересом, радостью и т.д. Во время проигрывания театральных этюдов ребенок принимает на себя разные роли.

Взаимосвязь эмоционального состояния и театрализацией имеет большое значение: игровая деятельность влияет на формирование и развитие эмоций.

Направления развития эмоционального поведения в театральной деятельности:

✓ отношение к театральной деятельности указывает на эмоциональное отношение к другим деятельности;

✓ развитие эмоциональной сферы;

✓ развитие эмоциональных отношений.

Типы эмоционального поведения младших школьников:

– Эмоционально активный ребенок – присутствует большой интерес к игре, играет длительное время, ярко выражает свои эмоции.

– Эмоционально пассивный ребенок – не проявляет интереса к игре, не играет долго, переживает о повышенном внимании со стороны окружающих.

Эмоциональное отношение ребенка к персонажу является важным фактором в игре. Дети чаще всего выбирают положительных персонажей и не хотят выбирать отрицательных. Для того, чтобы это исправить, учитель должен изменить плохого персонажа в хорошего и тогда будет результат игры.

Средства, используемые для обогащения эмоционального опыта детей – чтение произведений, рассматривание иллюстраций, введение в игру игрушек.

Психологи и педагоги, например, И.А. Генералова, считают, что театрализация имеет огромное значение для развития школьников с разных сторон. Ими были выработаны принципы театральной работы с младшими школьниками:

1) принцип доступности драматического материала и сценического выражения;

2) принцип последовательного и целесообразного накопления художественных впечатлений;

3) принцип единства анализа театральной постановки и изучения литературной первоосновы;

4) принцип опоры на игровую деятельность, что соответствует психическим особенностям ребенка;

5) принцип синтезирования различных видов искусства в ходе театральной работы;

6) принцип правдивого действенного исполнения [19].

Театральная деятельность развивает эмоции и чувства, а также способность испытывать эмоции и сопереживать. С.Т. Шацкий подчеркивал, что детям необходимо выражать не только внешние эмоции, но и внутренние [55].

П.П. Блонский отмечал практическую значимость драматизации для развития младших школьников. Л.С. Выготский выделял театрализацию как самый широкий вид развития детей. Ребенок выражает свои эмоции самостоятельно и независимо от мнения взрослых [17].

Элементы театрализации так же могут быть использованы и на уроках. Например, на уроках чтения дети читают по ролям, учат стихотворения.

Для развития учеников на уроках и внеурочной деятельности нужно использовать театрализацию. Должно присутствовать эмоциональное общение через совместную деятельность взрослого и ребенка с помощью жестов, мимики и т.д. Основные формы театрализации: театральная игра, диалог, сочинение-импровизация рассказа, истории или сказки, упражнения на развитие мимики и жестов.

Таким образом, источником развития эмоций, чувств и переживаний ребенка является театральная деятельность.

## ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Эмоции – это физиологические состояния и психические процессы, которые имеют ярко выраженную окраску и связаны с удовлетворением или неудовлетворением потребностей человека. Выделены следующие функции эмоций: приспособительная, сигнальная и коммуникативная. Эмоции делятся на положительные, негативные и нейтральные. Также существует еще одна классификация: стенические и астенические эмоции.

Младший школьный возраст является самым ответственным этапом школьного периода. Ведущей деятельностью в этом возрасте является учебная деятельность. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познаний и деятельности. Создание условий для развития и реализации возможностей детей – одна из основных задач взрослых.

Для развития учеников на уроках и внеурочной деятельности нужно использовать театрализацию. Должно присутствовать эмоциональное общение через совместную деятельность взрослого и ребенка с помощью жестов, мимики и т.д. Основные формы театрализации: театральная игра, диалог, сочинение-импровизация рассказа, истории или сказки, упражнения на развитие мимики и жестов. Источником развития эмоций, чувств и переживаний ребенка является театральная деятельность.

## **Глава 2. Экспериментальное исследование произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте**

### **2.1 Методика проведения констатирующего исследования**

В качестве базы констатирующего исследования было определено Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 34» г. Красноярск.

Выборку исследования составили 23 ребенка младшего школьного возраста 9-10 лет (3 класс). Рассматриваемый коллектив школьников был сформирован в первом классе. У учащихся не отмечается отклонений развития, они не наблюдаются у психолога.

На основе проанализированной литературы мы пришли к выводу, что произвольность эмоциональных процессов – это способность подчинять свои непосредственные желания сознательно поставленным целям.

Целью нашего исследования является изучение актуального уровня произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте и предложение психолого-педагогических рекомендаций по развитию произвольности эмоциональных процессов младших школьников.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что младшие школьники имеют низкую саморегуляцию и произвольность эмоциональных реакций, отмечается низкий уровень эмоционального состояния, волевых качеств.

Задачами экспериментальной части стали:

- 1) Разработать диагностическую программу по изучению произвольности эмоциональных процессов у младших школьников.
- 2) Провести анализ полученных результатов.
- 3) Предложить методические рекомендации по развитию произвольности эмоциональных процессов у младших школьников.

Критериями произвольности эмоциональных процессов мы обозначили следующие:

## Критерии произвольности эмоциональных процессов

Уровни	Низкий	Средний	Высокий
Критерии			
Эмоциональное предвосхищение	Младший школьник плохо эмоционально оценивает возможные последствия до осуществления им каких-либо действий.	Младший школьник эмоционально оценивает возможные последствия до осуществления им каких-либо действий, но не всегда верно.	Младший школьник эмоционально оценивает и предчувствует последствия своих поступков; осуществляет адекватную эмоциональную регуляцию сложных форм целенаправленной деятельности.
Внешние проявления эмоций (экспрессия)	Младший школьник плохо выделяет экспрессивные признаки. Некоторые ученики недостаточно понимали, как выражаются базовые эмоциональные состояния и не сумели полностью их передать.	Младший школьник нестабильно выделяет экспрессивные признаки. Некоторые из учеников использовали вербальную помощь.	Младший школьник выделяет экспрессивные признаки, но с небольшими затруднениями. Наблюдается адекватность мимической имитации по образцу.
Понимание социальных правил	Ученики редко принимают участие в совместной деятельности, не умеют подчинять свое поведение нуждам группы. В общении проявляют грубость и обособленность.	Ученики в совместной деятельности не умеют поддерживать общение, не считаются с мнением других. Группы межличностного предпочтения присутствуют, но границы их не устойчивы.	Школьники поддерживают общение, считаются с мнением других. Умеют подчинять свое поведение нуждам группы; понимают социальные нормы.
Волевые проявления (усилия)	У учеников низкий уровень дисциплинированности, самостоятельности, настойчивости, выдержки, инициативности и организованности. Они	Учащиеся дисциплинированы и настойчивы. Однако им сложно дается содержание в порядке своих вещей, рабочего места и	Ученики дисциплинированы, у них высокие показатели самостоятельности. Имеются признаки настойчивости, а также умение

	легко отступают от своего мнения, в спорах ведут себя пассивно или, напротив – агрессивно даже при отсутствии необходимости защищаться.	планирования своих действий. Ученики умеют быстро и уверенно принимать решения при выполнении определенного действия; они уверенно себя ведут в конфликтных ситуациях.	контролировать свое поведение в условиях непривычной обстановки.
--	---	--	--

Для исследования данных критериев мы выбрали следующие методики:

### **1. Игра «Довольна ли мама?» Н.Л. Белопольской**

Цель – научить ребенка: различать разные эмоциональные состояния и настроения; самостоятельно оценивать ситуации и предвидеть реакции своей мамы. Младший школьник узнает, как называются основные человеческие настроения и научится соотносить название эмоции с выражением лица.

Инструкция: Игра состоит из 10 коротких иллюстрированных рассказов, которые описывают поступок ребенка в определенной ситуации. В конце каждого рассказа ставится вопрос: будет ли довольна мама этого мальчика или девочки его(ее) поступком. Ответ ребенок может выразить несколькими способами: может подобрать соответствующее ситуации выражение лица «мамы» или описать ее реакцию словами. Перед началом игры нужно внимательно рассмотреть выражения лица, которые бывают у мамы. Нужно внимательно рассмотреть мимику, чтобы лучше понять смысл названий маминого настроения. Потом ребенок читает рассказ; рассматривает рисунок, который иллюстрирует ситуацию; думает и подбирает подходящее выражение лица «мамы». Затем рассказ обсуждается с ребенком.

Оценка результатов: Ответ ребенка опирается на его собственное мнение и на прогнозируемую реакцию его мамы в определенной ситуации.

## **2. Методика «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой.**

Цель – выявление средств выражения эмоций, а также характеристики: интенсивность экспрессии, двигательная активность при эмоциональных переживаниях и нарушения речи и поведения при эмоциональных переживаниях.

Методикой выявляются 8 экспрессивных каналов выражения эмоций: громкость голоса, темп речи, образность речи, речевые ошибки («сбой» речи), интонационная выразительность речи, двигательная активность, лишние движения, мимика. Также выделяются три фактора экспрессивности: внешняя выразительность эмоций, активность поведения под влиянием эмоций и нарушения речи и поведения под влиянием эмоций.

Инструкция. Напишите на выданном вам бланке свою фамилию, имя, возраст и дату проведения эксперимента.

Начинайте отвечать на вопросы. Отвечая на каждый вопрос, вы должны выбрать один из трех предложенных вариантов ответа: «а», «б» или «в», отражающий ваше мнение. Поставьте крестик в соответствующей клеточке в листке для ответа. Левая клеточка («а») соответствует ответу «безусловно, да», средняя («б») — ответу «иногда», а клеточка «в» — ответу «нет».

Отвечая на вопрос, каждый раз проверяйте, чтобы номер вопроса совпадал с таким же номером в листке для ответов.

Ответы должны быть даны на все вопросы без исключения.

Ключ к методике

Каналы экспрессии	Номера вопросов
Громкость голоса	«да»- 1,11,26,28,36
Темп речи	«да»-6, 14,17,25,41
Образность речи	«да» — 2, 4, 45, 46, 48

Сбой речи	«да» — 10, 24, 43,
Интонация	«да» — 8, 9, 13, 19, 37
Двигательная активность	«да»-5, 7, 20, 31,39
Лишние движения	«да»»-3, 16, 21,23,44
Мимика	«да» — 27, 29, 32, 42,
Недифференцированная по каналам экспрессия	«да» — 12, 15, 30, 38, 40, 47,

да» — 3, «иногда» — 2, «нет» — 0. «а» — безусловно, да; «б» — иногда; «в» — нет

### **3. Диагностическая методика «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной.**

Цель: Определить у младших школьников уровень усвоения социальных норм поведения.

Условия проведения: данная беседа проводилась изолированно, с каждым ребёнком индивидуально в вечерние часы.

Описание проведения:

Педагог задает воспитаннику вопросы, разработанные ранее.

1. Как ты думаешь, что такое правило?
2. Какие правила ты знаешь?
3. Для чего нужны правила?
4. Все ли люди выполняют правила?
5. В нашей группе есть правила? Какие?
6. Можно ли смеяться, если твой товарищ упал? Почему?
7. Можно ли обижать животных? Почему?
8. Нужно ли делиться игрушками с другими детьми? Почему?

9. Если ты сломал игрушку, а учитель подумал на другого ребёнка нужно ли сказать, что это ты виноват? Почему?

10. Можно ли шуметь, когда другие отдыхают? Почему?

11. Можно ли драться, если другой ребёнок отобрал у тебя игрушку? Почему?

12. Как ты думаешь, что было бы, если бы правил не существовало?

**Высокий уровень:** Дети активно принимают участие в жизни коллектива. Считаются с мнением других людей, в общении дружелюбны и приветливы.

**Средний уровень:** Наряду с попытками сформировать совместную деятельность дети обнаруживают неумение поддерживать перспективу в общении, взаимодействии, считаться с мнением товарищей. Микрогруппы межличностного предпочтения присутствуют, но границы их не устойчивы. Отвержения в группе происходят по половому признаку (мальчики выбирают мальчиков, девочки – девочек).

**Низкий уровень:** Дети редко принимают участие в совместной деятельности, не умеют подчинять свое поведение нуждам группы. В общении проявляют грубость и обособленность.

#### **4. Методика «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой**

**Цель** – определение уровня сформированности саморегуляции.  
**Описание методики:** Уровень саморегуляции младших школьников определяется по тому, как детьми выполняются графические задания с соблюдением правил.

**Оценка результатов:** результаты оцениваются на основе следующих оценочных критериев степени сформированности действий саморегуляции:  
1) степени полноты принятия задания; 2) степени полноты сохранения задания до конца тестирования; 3) качество саморегуляции в процессе выполнения теста; 4) качество саморегуляции при определении ребенком результата своей деятельности; в соответствии с данными критериями саморегуляции определяется уровень ее сформированности:

- 5 баллов – высокий уровень саморегуляции;
- 3-4 балла – средний уровень саморегуляции;
- 1-2 балла – низкий уровень саморегуляции.

### **5.Методика «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И.**

#### **Высоцкого**

Цель – оценка волевых качеств (самостоятельности, выдержки, дисциплинированности), субъекта, проявляемых в каком-либо виде деятельности.

Описание методики: волевая активность школьников определяется посредством наблюдения за их проявлениями настойчивости, инициативности, решительности, самостоятельности, выдержки, организованности и дисциплинированности, проявляемые в каком-либо виде деятельности.

Оценка результатов: оценку силы каждого волевого качества производят по пятибалльной системе:

- 5 баллов — волевое качество очень сильно развито,
- 4 балла — сильно развито,
- 3 балла — развито,
- 2 балла — очень слабо развито,
- 1 балл — волевое качество не присуще данному субъекту.

Общую оценку волевого качества определяют как среднеарифметическое от деления суммы оценок определенного волевого качества на число оцениваемых всех волевых качеств. Затем снова оценивают уровень развития воли:

- 4-5 баллов — высокий уровень развития воли;
- 3 балла — средний уровень развития воли;
- 1-2 балла — низкий уровень развития воли.

## 2.2 Результаты исследования

Нами была разработана диагностическая программа, в которой были выделены критерии произвольности:

- эмоциональное предвосхищение;
- внешние проявления эмоций (экспрессия);
- понимание социальных правил;
- волевые проявления (усилия)

и подобраны методики:

- Методика «Игра «Довольна ли мама?»» Н.Л. Белопольской
- Методика «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой
- Методика «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной
- Методика «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой
- Методика «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого

Высоцкого

В этом параграфе мы будем обсуждать полученные результаты.

### Методика 1 «Игра «Довольна ли мама?»» Н.Л. Белопольской

Таблица 2

#### Уровни сформированности эмоционального предвосхищения

Свойство объекта (измеряемый параметр), методика	Уровень сформированности произвольности эмоциональных процессов					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
«Игра «Довольна ли мама?»» Н.Л. Белопольской	2	9	12	52	9	39

На рис.1 изображено соотношение выявленных уровней эмоционального предвосхищения.

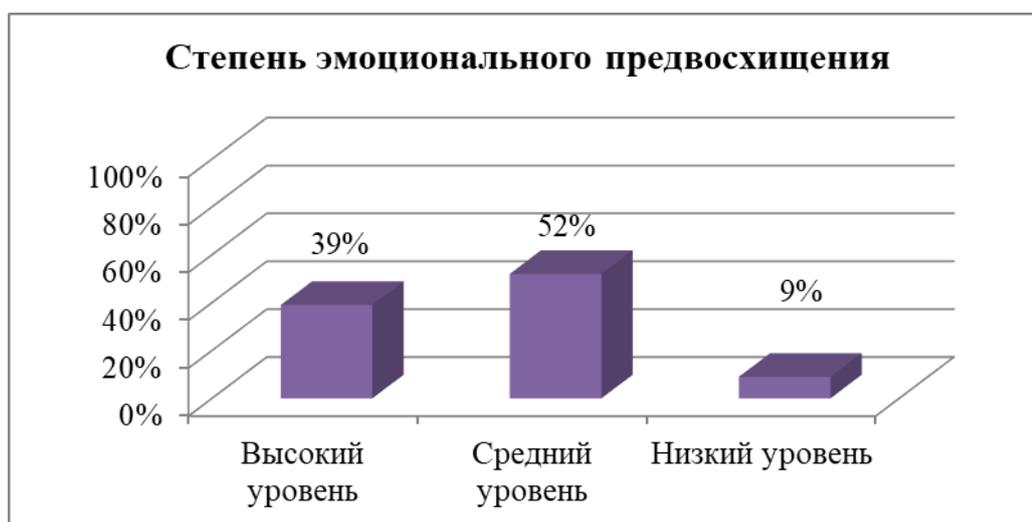


Рис.1 Результаты констатирующего исследования степени эмоционального предвосхищения

Как мы видим из рис.1, для учащихся актуальным является средний уровень эмоционального предвосхищения. Его продемонстрировали 52% учеников. Высокий уровень эмоционального предвосхищения показали 39% учеников. Низкий уровень эмоционального предвосхищения продемонстрировали 9% учащихся. Это указывает на то, что 9% протестированных детей испытывает некоторые проблемы в различии эмоциональных состояний и настроений.

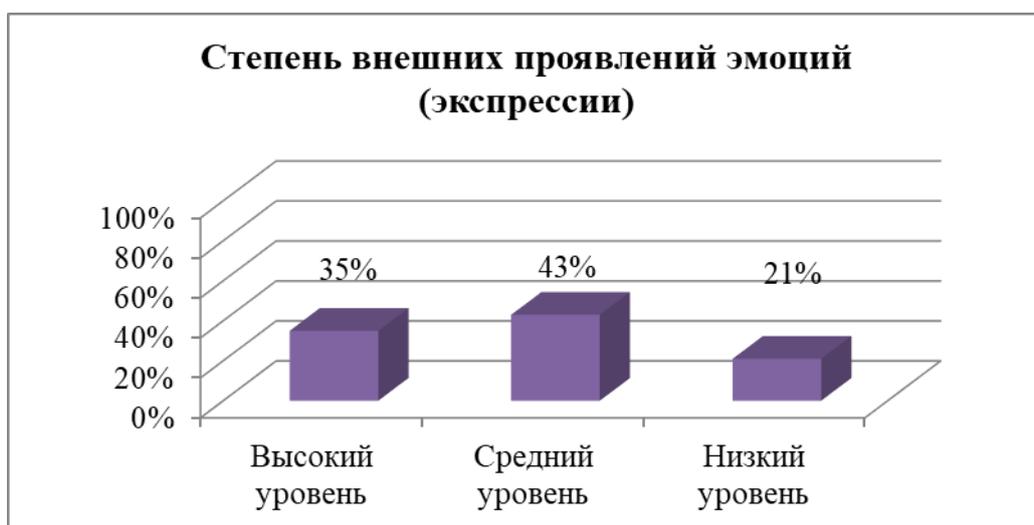
**Методика 2 «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой**

Таблица 3

**Уровни сформированности внешних проявлений эмоций (экспрессии)**

Свойство объекта (измеряемый параметр), методика	Уровень сформированности произвольности эмоциональных процессов					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
«Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой	5	21	10	43	8	35

Гистограммой на рисунке 2 показана степень внешних проявлений эмоций (экспрессии).



*Рис.2. Результаты констатирующего исследования степени внешних проявлений эмоций (экспрессии)*

Можно заключить, что для испытуемых школьников свойственен средний уровень экспрессии, его проявили 43% детей. Это указывает на недостаточную сформированность степени проявления эмоций. У 35% детей выявлен высокий уровень экспрессии. У 21% детей, напротив, отмечен низкий уровень экспрессии.

**Методика 3 «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной**

Таблица 4

Уровни сформированности понимания социальных правил

Свойство объекта (измеряемый параметр), методика	Уровень сформированности произвольности эмоциональных процессов					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
«Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной	4	17	11	48	8	35

Степень понимания социальных правил испытуемыми отражена на рисунке 3.

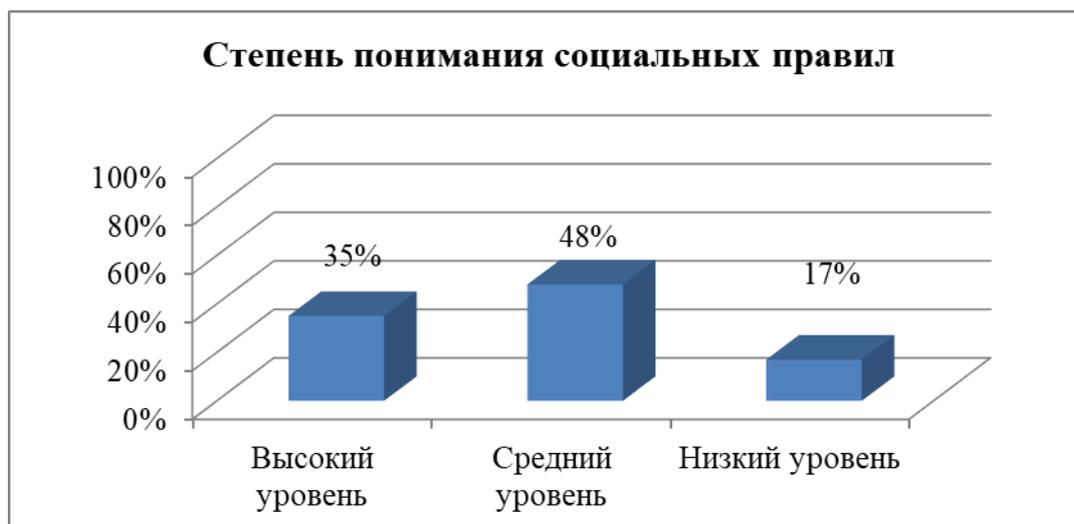


Рис.3. Результаты констатирующего исследования степени понимания социальных правил школьниками

Как видно из рис.3., для учащихся 3 класса актуальным является средний уровень понимания социальных правил. Его продемонстрировали 48% учеников. При этом 35% учащихся показали высокий уровень понимания социальных правил и 17% – низкий уровень. Это указывает на то, что 17% протестированных детей испытывает определенные проблемы поведения в обществе.

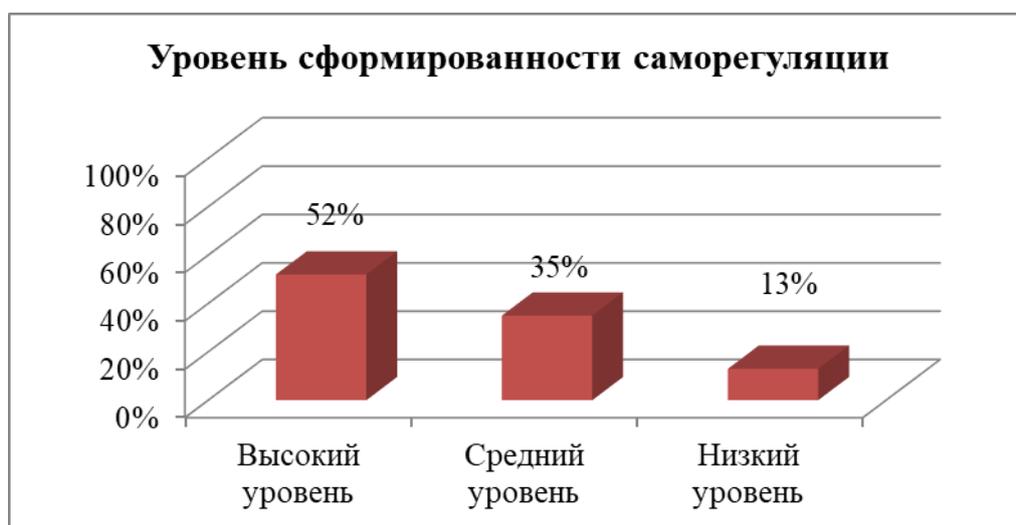
#### Методика 4 «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой

Таблица 5

##### Уровни сформированности саморегуляции

Свойство объекта (измеряемый параметр), методика	Уровень сформированности произвольности эмоциональных процессов					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
«Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой	3	13	8	35	12	52

На рис.4 изображено соотношение выявленных уровней сформированности саморегуляции.



*Рис.4. Результаты констатирующего исследования уровня сформированности саморегуляции школьников*

Данная гистограмма на рис.4 показывает, что в диагностируемом классе 52% детей обладают высоким уровнем произвольности. Эти дети приняли задание полностью, сохранив его до конца тестирования всех компонентах; школьники работали сосредоточенно, не отвлекались в течение всей работы, которую они в основном выполнили точно, самостоятельно замечая и устраняя возникшие ошибки. Стоит отметить, что эти дети не спешили сдать работу сразу, а дополнительно проверили написанное, стараясь сделать все, чтобы их работы не только были выполнены правильно, но и выглядели аккуратными, красивыми.

35% испытуемых продемонстрировали средний уровень саморегуляции: дети приняли задание также полностью, сохраняя его до окончания занятия; однако в ходе работы ими допускались немногочисленные ошибки, но дети не замечали и не устраняли; также эта группа испытуемых не устранила ошибки и в конце занятия, ограничившись только беглым просмотром; эти дети не были озабочены оформлением работы, хотя общее стремление получить хороший результат у них явно было.

У 13% школьников был выявлен низкий уровень произвольности: этими учащимися была принята лишь небольшая часть инструкции, но она

почти сразу была полностью ими потеряна, дети писали палочки и черточки в беспорядке, ошибаясь и не исправляя ошибок ни во время, ни после окончания теста. После сигнала об окончании дети сразу же оставили работу без внимания.

**Методика 5 «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого**

Таблица 6

Уровни сформированности волевых качеств

Свойство объекта (измеряемый параметр), методика	Уровень сформированности произвольности эмоциональных процессов					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
«Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого	4	17	9	39	10	43

На рисунке 5 даны результаты исследования волевых качеств школьников.

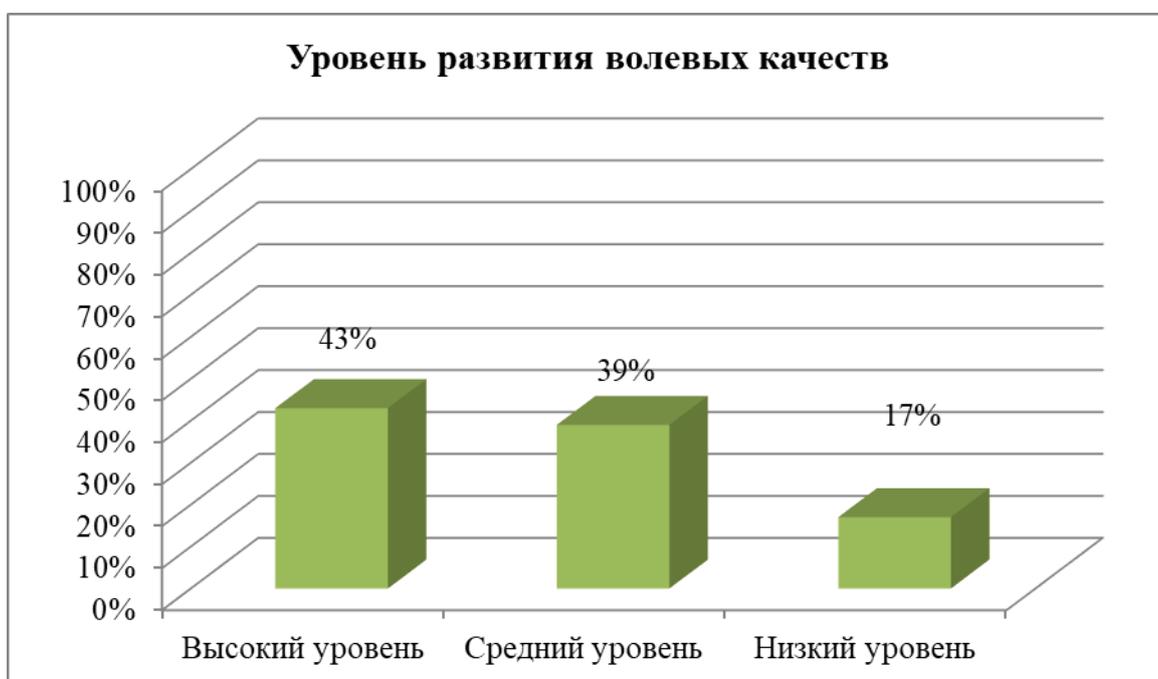


Рис.5. Результаты констатирующего исследования уровня развития волевых качеств школьников

Из этой гистограммы следует, что высокий уровень волевых качеств наиболее характерен для младших школьников, его проявили 43% детей: согласно наблюдениям, эти дети достаточно дисциплинированы: они сознательно соблюдают требования учителей, своевременно выполняют поручения; также высоки показатели самостоятельности: они без напоминаний и подсказок выполняли учебные задания, самостоятельно находили себе занятие, уверенно отстаивали свое мнение, не проявляя при этом упрямства, если были не правы. В отношении этих детей были зафиксированы признаки настойчивости, выраженные в стремлении всегда доводить до конца начатое дело, умении заниматься деятельностью, которой им не хотелось заниматься даже при возникновении другого, более интересного занятия. Особенно стоит отметить умение этих школьников держать себя в спорах, незаслуженном обвинении и пр., а также умение контролировать свое поведение в условиях непривычной обстановки.

Эти признаки также указывают на высокий уровень развития произвольности эмоциональных реакций.

Средний уровень развития воли был отмечен у 39% школьников – эти учащиеся достаточно дисциплинированы и настойчивы. Однако им сложно дается содержание в порядке своих вещей, рабочего места и планирования своих действий заключающееся в рациональном расходовании времени с учетом обстановки. При этом данная категория детей продемонстрировала умение быстро, обдуманно и уверенно принимать решения при выполнении определенного действия; они активно поддерживают коллектив в общей деятельности и уверенно себя ведут в конфликтных ситуациях.

У 17% детей был обнаружен низкий уровень развития волевых качеств: дисциплинированности, самостоятельности, настойчивости, выдержки, инициативности и организованности: эти учащиеся регулярно опаздывали на уроки, как утром, так и с перемен, их учебные принадлежности неопрятны, задания выполняются неохотно и бросаются при первой возможности. Кроме того, эти школьники легко отступают от своего мнения, в спорах ведут себя

пассивно или, напротив – агрессивно даже при отсутствии необходимости защищаться. Это говорит и о низком развитии произвольности эмоциональных реакций.

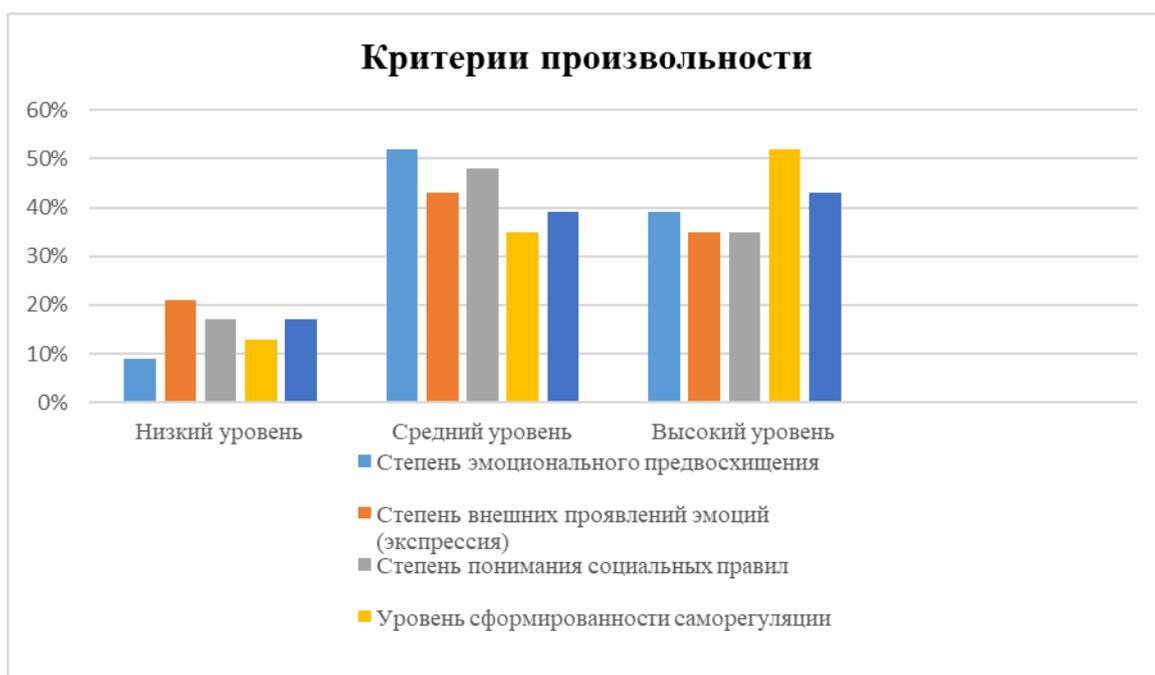
Итак, получив, обработав и проанализировав данные по каждой методике, мы можем сформулировать итоговый результат.

Таблица 7

Уровни сформированности произвольности эмоциональных процессов

Свойство объекта (измеряемый параметр), методика	Уровень сформированности произвольности эмоциональных процессов					
	Низкий (балл)		Средний (балл)		Высокий (балл)	
	Чел.	%	Чел.	%	Чел.	%
«Игра «Довольна ли мама?»» Н.Л. Белопольской	2	9	12	52	9	39
«Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой	5	21	10	43	8	35
«Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной	4	17	11	48	8	35
«Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульяновской	3	13	8	35	12	52
«Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого	4	17	9	39	10	43

На рис.6 представлены итоговые результаты исследования критериев произвольности эмоциональных процессов.



*Рис.6 Итоговые результаты исследования критериев произвольности эмоциональных процессов*

Как видно из рис.6, у учеников преобладает средний уровень эмоционального предвосхищения, его показали 12 человек. Это говорит о том, что учащиеся умеют различать эмоциональные состояния, но не всегда верно. Во внешних проявлениях эмоций (экспрессии) преимущественен также средний уровень, его продемонстрировали 10 человек. Это указывает на недостаточную сформированность степени проявления эмоций. Также средний уровень преобладает и в понимании социальных правил учениками. Они не испытывают особых проблем в поведении, но не до конца понимают социальные правила. Уровень сформированности саморегуляции у учащихся преобладает на высоком уровне. Большая часть учеников находится на высоком уровне развития волевых качеств; они дисциплинированы и самостоятельны.

## **2.3 Методические рекомендации по развитию эмоционально-волевой сферы младших школьников**

Одним из важнейших направлений развития личности является – эмоциональное развитие. Для того, чтобы младший школьник в разных ситуациях мог проявлять эмоциональную устойчивость, различать эмоции других людей, а также справляться со своими переживаниями – ему необходимо развивать свою эмоционально-волевую сферу.

Нами была разработана программа, направленная на развитие эмоционально-волевой сферы у младшего школьника.

Цель программы – создание условий для развития произвольности эмоций у детей младшего школьного возраста с помощью театрализации.

Задачи программы:

- снижение эмоционального напряжения, коррекция агрессии и тревожности;
- формирование навыков саморегуляции;
- формирование адекватной самооценки и адекватного отношения к себе и другим;
- формирование умений общения и взаимодействия в коллективе;
- развитие способности к сопереживанию.

Комплекс занятий осуществлялся во внеурочное время на специально организованных занятиях. Длительность одного занятия составляла 40 минут. Занятия проводились регулярно 2 раза в неделю. Было проведено 8 занятий.

В комплексе занятий предложены этюды, которые помогают выразить различные эмоции для освоения большого спектра эмоционального реагирования. Сами этюды не читаются детям, а ситуация, которая представлена в этюде, эмоционально пересказывается. Ситуация – это площадка для развития различных вариантов на заданную тему, в этих вариантах будут учитываться эмоциональные проблемы и особенности

младших школьников. На занятиях были использованы театрализованные игры. Школьники во время занятий овладели пантомимикой, мимикой, научились входить в образ героя, а также научились передавать эмоциональное состояние персонажа.

Приобретенные навыки школьники применяют в играх с правилами, ролевых играх и инсценировках. Детям нужно учиться понимать других людей и нужно уметь выражать свои эмоции. Если ребенок не умеет правильно выражать свои эмоции, то это очень усложняет его взаимоотношения со взрослыми или с другими детьми. Младшему школьнику важно уметь использовать все средства выразительности: мимику, принятие позы и характерные движения руками, ногами.

Содержание комплекса занятий по развитию эмоционально-волевой сферы младшего школьника с помощью театрализации представлено в таблице 8.

Таблица 8

Комплекс занятий по развитию эмоционально-волевой сферы младшего школьника с помощью театрализации

<b>№ занятий</b>	<b>Задачи занятий</b>	<b>Материалы</b>
<b>Вводный этап</b>		
Занятие 1. Знакомство	Знакомство с группой, расположение детей к себе. Проведение разминки (передача игрушки по кругу).	Музыкальное оформление, игрушка, стулья.
<b>№ занятий</b>	<b>Задачи занятий</b>	<b>Материалы</b>
<b>Основной этап</b>		
Занятие 2. Этюды на выражение внимания, интереса и сосредоточенности	С помощью эмоционального реагирования в этюдах необходимо научить школьников выражать эмоции внимания, интереса.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья
Занятие 3. Этюды на выражение удивления	Научить выражать эмоциональное состояние - удивление при разыгрывании этюдов.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, отрывок из стихотворения С. Маршака

		«Человек рассеянный с улицы Бассейной»
Занятие 4. Этюды на выражение удовольствия, радости	Использование выразительных движений для выражения удовольствия и радости при разыгрывании этюдов.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, стихотворение А.Гунули
Занятие 5. Этюды на выражение страдания и печали	Способствовать осознанию собственного состояния и сочувствию печали других людей.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, отрывок произведения «Цветик семицветик» В. Каверина
Занятие 6. Этюды на выражение отвращения и презрения	Научить детей осознанию своего собственного состояния, а также пониманию выражения данных состояний у других.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, отрывок сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок»
Занятие 7. Этюды на выражение страха	Способствовать повышению устойчивости к страхам.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья
Заключительный этап		
Занятие 8. Итоговое, игровое.	Способствовать созданию у детей положительного эмоционального состояния 1. «Приветствие» 2. «Наши эмоции» 3. Рефлексия	Музыкальное сопровождение, стулья

Также развить эмоционально-волевую сферу младшего школьника можно с помощью следующих рекомендаций.

Цель рекомендаций – развитие эмоционально-волевой сферы детей младшего школьного возраста.

Задачи:

- продолжение знакомства с эмоциями детьми младшего школьного возраста;
- развитие у школьников произвольного управления поведением; волевой сферы, а также способности сопереживать другому человеку;

- продолжать учить детей: понимать свои чувства и чувства других людей; разными выразительными средствами показывать эмоциональное состояние, которое было задано.

Формы организации приемов, которые используются в комплексе занятий по развитию эмоционально-волевой сферы младшего школьника:

#### 1. Беседы.

Беседы направлены на продолжение знакомства с различными эмоциями. Необходимо систематически применять беседы о базовых эмоциях человека и их особенностях. Беседа становится важной частью отношений со взрослыми (ребенок видит, что он не безразличен другому человеку).

#### 2. Игры.

Игры продолжают развивать эмоциональную сферу детей и помогают развить регуляцию их поведения.

Виды игр, используемых в данной форме:

- ролевые игры (строятся на понимании социальной роли человека в обществе);
- коммуникативные игры (направлены на сферу общения, на формирование умения видеть достоинства других людей);
- игры, развивающие воображение;
- игры, направленные на развитие произвольности.

#### 3. Рисование.

Рисование развивает у младших школьников умения передачи эмоций через рисунок. Ученики изображают эмоции людей в различных ситуациях, а затем рассматривают рисунки и обсуждают. Данный метод помогает воспитывать эмоциональную отзывчивость.

#### 4. Проигрывание этюдов.

Этот прием помогает выражать и передавать эмоции. Происходит знакомство детей с эмоциями. Они обучаются выражению эмоций через ролевые образы; учатся соотносить переживания и оттенки настроения с

определенным состоянием человека или сказочного персонажа. Школьники осознают и понимают свои эмоции и эмоции других людей.

#### 5. Сказки.

В этом приеме привлекаются материалы сказок, которые знакомы детям. Ученики вспоминают события и переживания персонажей, а затем сопоставляют их со своим личным опытом. Это помогает разобраться в непростых жизненных ситуациях и эмоциональных состояниях. Также сказки обогащают словарь эмоциональной лексики и формируют эмоциональное отношение к миру.

## ВЫВОД ПО ГЛАВЕ 2

В качестве базы констатирующего исследования было определено Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 34» г. Красноярск. Выборку исследования составили 23 ребенка младшего школьного возраста 9-10 лет (3 класс). Рассматриваемый коллектив школьников был сформирован в первом классе. У учащихся не отмечается отклонений развития, они не наблюдаются у психолога.

Целью нашего исследования является изучение актуального уровня произвольности эмоциональных процессов в младшем школьном возрасте и предложение психолого-педагогических рекомендаций по развитию произвольности эмоциональных процессов младших школьников.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что младшие школьники имеют низкую саморегуляцию и произвольность эмоциональных реакций, отмечается низкий уровень эмоционального состояния, волевых качеств.

Задачами экспериментальной части стали:

- 1) Разработать диагностическую программу по изучению произвольности эмоциональных процессов у младших школьников.
- 2) Провести анализ полученных результатов.
- 3) Предложить методические рекомендации по развитию произвольности эмоциональных процессов у младших школьников.

Критериями произвольности эмоциональных процессов мы обозначили следующие: эмоциональное предвосхищение; внешние проявления эмоций (экспрессия); понимание социальных правил; волевые проявления (усилия).

Мы выбрали следующие методики:

- Методика «Игра «Довольна ли мама?»» Н.Л. Белопольской
- Методика «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой

- Методика «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной
- Методика «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой
- Методика «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого.

В ходе проведенного исследования мы выяснили, что у учеников преобладает средний уровень эмоционального предвосхищения, его показали 12 человек из 23 учеников. Это говорит о том, что учащиеся умеют различать эмоциональные состояния, но не всегда верно. Во внешних проявлениях эмоций (экспрессии) преимущественен также средний уровень, его продемонстрировали 10 человек. Это указывает на недостаточную сформированность степени проявления эмоций. Также средний уровень преобладает и в понимании социальных правил учениками. Они не испытывают особых проблем в поведении, но не до конца понимают социальные правила. Уровень сформированности саморегуляции у учащихся преобладает на высоком уровне. Большая часть учеников находится на высоком уровне развития волевых качеств; они дисциплинированы и самостоятельны.

После проведения констатирующего эксперимента нами была разработана программа, направленная на развитие эмоционально-волевой сферы у младшего школьника.

Цель программы – создание условий для развития произвольности эмоций у детей младшего школьного возраста с помощью театрализации.

Задачи программы:

- снижение эмоционального напряжения, коррекция агрессии и тревожности;
- формирование навыков саморегуляции;
- формирование адекватной самооценки и адекватного отношения к себе и другим;

- формирование умений общения и взаимодействия в коллективе;
- развитие способности к сопереживанию.

Комплекс занятий осуществлялся во внеурочное время на специально организованных занятиях. Длительность одного занятия составляла 40 минут. Занятия проводились регулярно 2 раза в неделю. Было проведено 8 занятий. Формы организации приемов, которые используются в комплексе занятий по развитию эмоционально-волевой сферы младшего школьника: беседы; игры; рисование; проигрывание этюдов; сказки.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоции – это физиологические состояния и психические процессы, которые имеют ярко выраженную окраску и связаны с удовлетворением или неудовлетворением потребностей человека. Выделены следующие функции эмоций: приспособительная, сигнальная и коммуникативная. Эмоции делятся на положительные, негативные и нейтральные. Также существует еще одна классификация: стенические и астенические эмоции.

Нами проанализированы психологические особенности младшего школьного возраста. Младший школьный возраст является самым ответственным этапом школьного детства. Ведущей деятельностью в этот период является учебная деятельность. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познаний и деятельности. Создание условий для развития и реализации возможностей детей – одна из основных задач взрослых.

Нами была разработана диагностическая программа, включающая следующие критерии произвольности эмоциональных процессов: эмоциональное предвосхищение; внешние проявления эмоций (экспрессия); понимание социальных правил; волевые проявления (усилия). К этим критериям мы подобрали следующие методики: Методика «Игра «Довольна ли мама?»» Н.Л. Белопольской; Методика «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой; Методика «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Г.А. Урунтаевой, Ю.А. Афонькиной; Методика «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой; Методика «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого.

В ходе проведенного исследования мы выяснили, что у учеников преобладает средний уровень эмоционального предвосхищения, его показали 12 человек из 23 учеников. Это говорит о том, что учащиеся умеют различать

эмоциональные состояния, но не всегда верно. Во внешних проявлениях эмоций (экспрессии) преимущественен также средний уровень, его продемонстрировали 10 человек. Это указывает на недостаточную сформированность степени проявления эмоций. Также средний уровень преобладает и в понимании социальных правил учениками. Они не испытывают особых проблем в поведении, но не до конца понимают социальные правила. Уровень сформированности саморегуляции у учащихся преобладает на высоком уровне. Большая часть учеников находится на высоком уровне развития волевых качеств; они дисциплинированы и самостоятельны.

После проведения констатирующего эксперимента нами была разработана программа, направленная на развитие эмоционально-волевой сферы у младшего школьника. Цель программы – создание условий для развития произвольности эмоций у детей младшего школьного возраста с помощью театрализации. Комплекс занятий осуществлялся во внеурочное время на специально организованных занятиях. Длительность одного занятия составляла 40 минут. Занятия проводились регулярно 2 раза в неделю. Было проведено 8 занятий. Формы организации приемов, которые используются в комплексе занятий по развитию эмоционально-волевой сферы младшего школьника: беседы; игры; рисование; проигрывание этюдов; сказки.

Таким образом, гипотеза исследования, выдвинутая нами, подтвердилась частично. У учащихся младших классов средняя саморегуляция и произвольность эмоциональных реакций, но отмечается низкий уровень эмоционального состояния, волевых качеств.

## Список использованных источников

- 1) Абрамова Г. С. Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособие для студ. вузов. — 2-е изд., стереотип. — М.: Издательский центр «Академия», 1999. — 320 с.
- 2) Ананьева, Н.А., Ямпольская, Ю.А. Здоровье и развитие современных школьников. - Школа здоровья, 1994. - 78 с.
- 3) Андреева Г.М. Социальная психология: Учебник для высших учебных заведений. – 5-е изд., испр. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2003. – 364 с.
- 4) Андропова Н.В., Постникова А.С. Развитие эмоциональной культуры младших школьников // Огарев – Онлайн, 2016. – [Электронный ресурс]. – URL: <https://docplayer.ru/55492451-Andronova-n-v-postnikova-a-s-razvitie-emocionalnoy-kultury-mladshih-shkolnikov.html>
- 5) Анохин П.К. Эмоции. Большая медицинская энциклопедия. - М., 1964. – 357 с.
- 6) Бабкина Н.В. Оценка психологической готовности детей к школе. - М.: Айрис-пресс, 2005. – 140с.
- 7) Баева И.А., Волкова Е.Н., Лактионова Е.Б. Психологическая безопасность образовательной среды. – М.: Экон-Информ, 2009. – 247с.
- 8) Белкина В.Н. Проблема эмоциональной регуляции социального поведения ребенка: материалы конференции «Чтения Ушинского» педагогического факультета ЯГПУ – Ярославль, 2003. – 122 с.
- 9) Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – М.: ПЕРСЭ, 2006. – 528с.
- 10) Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – СПб.: Питер, 2008. – 400с.
- 11) Божович Л.И., Славина Л.С. Психическое развитие школьника и его воспитание. – М.: Педагогика, 1979. – 212с.
- 12) Бондарчук Е.И. Основы психологии и педагогики, курс лекций. – 3-е издание. - Киев, 2002.

- 13) Васанов А.Ю. Первичная обработка данных психологического исследования. – М.: Издательство МосГУ, 2006. – 56с.
- 14) Вербина Г.Г. Психология эмоций: учеб. пособие. - Чебоксары, 2008. – 308с.
- 15) Волков Б.С. Психология детей младшего школьного возраста: учебное пособие. – 7-е изд., перераб. и доп. – М.: КНОРУС, 2016. – 348с.
- 16) Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. – СПб.: Издательство Союз, 2004. – 224с.
- 17) Выготский Л.С. Педагогическая психология. – М., 2010. – 536с.
- 18) Выготский Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка // Вопросы психологии, 1996. – 68с.
- 19) Гасанова Р.Р. Саморегуляция субъекта учебно-профессиональной деятельности// Педагогика искусства, 2010. – 140с.
- 20) Генералова И.А. Театр в школе: история вопроса и современная ситуация. - Науч. Школа Плюс До и После, 2008. – 87с.
- 21) Давыдов В.В. Психологическое развитие младших школьников. – М.: Педагогика, 2010. – 169с.
- 22) Даник Т.В. Особенности эмоциональных состояний у младших школьников, статья, КГПУ им. В.П.Астафьева. - Красноярск, 2016.
- 23) Джемс У. Психология. – М.: Педагогика, 1991. – 368с.
- 24) Ежкова Н.С. Эмоциональное развитие детей младшего школьного возраста: учебно-методическое пособие. – М.: Владос, 2010. – 21с.
- 25) Ермолаев О.Ю. Введение в психофизиологию. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: МПСИ: Флинта, 2001. – 400с.
- 26) Жданова И.В. Границы младшего школьного возраста: статья, 2012. – 30с. - [Электронный ресурс]. – URL: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/obshchepedagogicheskie-tekhnologii/2012/04/05/statya-granitsy-mladshego-shkolnogo>
- 27) Зайцев А.О. О социальной роли театра // Искусство в школе, 2013. – 50с.

- 28) Зарезнова А.В. Эмоциональная культура, как фактор эмоциональной саморегуляции личности. - АРБИОШ. Гуманитарные науки, 2014. – 59с.
- 29) Зинченко В.П., Мещерякова Б.Г. Большой психологический словарь, М.: Прайм-Еврознак, 2003. – 672с.
- 30) Изард К.Э. Психология эмоций. – СПб: Издательство Питер, 1999. – 464с.
- 31) Изотова Е.И., Никифорова Е.В. Эмоциональная сфера ребенка: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Издательский центр Академия, 2004. – 288с.
- 32) Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Мастера психологии, 2002. – 114с.
- 33) Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2006. – 752с.
- 34) Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2001. – 752с.
- 35) Колмогорова Л.С. Диагностика психологической культуры школьника: Практик. пособие для шк. психологов. – Изд-во Владос-Пресс, 2002. – 360с.
- 36) Крайг Г. Психология развития. – СПб: Питер, 2000. – 992с.
- 37) Крутецкий В.А. Психология: Учебник для учащихся пед. училищ. – М.: Просвещение, 1980. – 352с.
- 38) Минаева В.М. Психолого-педагогический практикум: Учебное пособие для вузов. – М.: Академический Проект; Трикста, 2004. – 128с.
- 39) Мухина В.С. Возрастная психология: учебник для студ. высш. учеб. заведений. – 10-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательский центр Академия, 2006. – 608с.
- 40) Мухина В.С., Хвостов А.А. Возрастная психология: детство, отрочество и юность: Учеб. пособие для студ. вузов. – М.: Академия, 2009. – 894с.
- 41) Мясищев В.Н. Основные проблемы и современное состояние психологии отношений человека. – М., 1960. – 115с.

- 42) Немов Р.С. Учебное пособие для педагогических институтов и училищ. – М.: Просвещение, 1990. – 640с.
- 43) Никитин С.В. Роль театральной педагогики в становлении и развитии личности учащегося // Педагогика: материалы междунар. науч. конф. – Челябинск: Два комсомольца, 2011. – 22с.
- 44) Обухова А.Е. Психология детей младшего школьного возраста: учебник и практикум для бакалавров. – М.: Издательство Юрайт, 2016. – 583с.
- 45) Орехова О.А. Диагностика дифференциаций эмоциональной сферы ребенка: методическое руководство. – СПб.: Иматон, 2007. – 104с.
- 46) Рогов Е.И. Эмоции и воля. – М.: Владос, 2001.
- 47) Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – Питер, 2002. – 720с.
- 48) Рудик П.А. Психология. – Издательство Министерства Просвещения РСФСР, 1955. – 239с.
- 49) Рыбакова И.Н. Воспитание эмоциональной культуры детей младшего школьного возраста в учебном процессе // Педагогика и психология: теория и методика обучения, 2011. – 79с.
- 50) Сергеева И.В. Эмоциональные проблемы детей младшего школьного возраста: курс лекций, 2018. – [Электронный ресурс]. – URL: <https://infourok.ru/emocionalnie-problemi-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-2528969.html>
- 51) Симонов П.В. Что такое эмоция? – М., 1962. – 93с.
- 52) Складорова Т.В. Возрастная педагогика и психология: учеб. пособие для студентов педагогических вузов. – М.: Покров, 2004. – 55с.
- 53) Слостенин В.А. Психология и педагогика: Учеб. для вузов. – М.: Академия, 2008. – 477с.
- 54) Слуднова Н.В. Развитие эмоциональной культуры младших школьников, как психолого-педагогическая проблема// Вестник ЧГПУ, 2011.

- 55) Смирнова Е.О. Детская психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2015. – 304с.
- 56) Ульенкова У.В. Экспериментальное изучение формирования саморегуляции в структуре общей способности к учению, 2015. – 33с.
- 57) Фетискин Н.П., Козлов В.В, Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.: Издательство Института Психотерапии, 2002. – 490с.
- 58) Фридман Л.М., Пушкина Т.А., Каплунович И.Я. Изучение личности учащегося и ученических коллективов. – М.: Просвещение, 2012. – 207с.
- 59) Шапарь В.Б. Новейший психологический словарь. – Ростов- на -Дону: Феникс, 2005. – 806с.
- 60) Шацкий С.Т. Педагогические сочинения. – М.: Просвещение, 1962. – 503с.
- 61) Широкова Г.А., Жадько Е.Г. Практикум для детского психолога. – Ростов- на- Дону: Феникс, 2004. – 314с.

### Игра «Довольна ли мама?» Н.Л. Белополюской

Цель – научить ребенка: различать разные эмоциональные состояния и настроения; самостоятельно оценивать ситуации и предвидеть реакции своей мамы. Младший школьник узнает, как называются основные человеческие настроения и научится соотносить название эмоции с выражением лица.

Инструкция: Игра состоит из 10 коротких иллюстрированных рассказов, которые описывают поступок ребенка в определенной ситуации. В конце каждого рассказа ставится вопрос: будет ли довольна мама этого мальчика или девочки его(ее) поступком. Ответ ребенок может выразить несколькими способами: может подобрать соответствующее ситуации выражение лица «мамы» или описать ее реакцию словами. Перед началом игры нужно внимательно рассмотреть выражения лица, которые бывают у мамы. Нужно внимательно рассмотреть мимику, чтобы лучше понять смысл названий маминого настроения. Потом ребенок читает рассказ; рассматривает рисунок, который иллюстрирует ситуацию; думает и подбирает подходящее выражение лица «мамы». Затем рассказ обсуждается с ребенком.

Рассказ 1 – У Витиной мамы был день рождения. Витя хотел сделать маме подарок, но не знал какой. Хотел купить цветы, но у него не было денег. Хотел нарисовать рисунок, но не нашел карандашей. Тогда он решил убрать все игрушки и подмести пол. Долго убирался Витя, наконец в комнате стало очень чисто, только руки у Вити стали грязные. Вдруг в комнату вошла мама. «Почему у тебя руки такие грязные?» - удивилась она. Витя опустил голову, покраснел и сказал: «Я хотел сделать тебе подарок». Довольна ли мама Витей?

Рассказ 2 – У Пети была красная пожарная машина. Один раз у машины отломалось колесо и закатилось под диван. Петя расстроился и бросил машину в угол. Когда пришла мама, он сказал: «Мама, купи мне новую машину, у старой отломалось колесо». – «Может быть, мы починим

старую машину? – спросила мама, - где колесо?» - «Оно укатилось под диван, - сказал Петя. – Давай лучше купим новую машину, мне неохота под диван лезть». Довольна ли мама Петей?

Рассказ 3 – Мама купила шоколадные конфеты. Оля, Таня и мама сели пить чай. «Давай поделим конфеты поровну» - сказала Оля. Девочки поделили конфеты на две одинаковые кучки и стали пить чай. Довольна ли мама дочками?

Рассказ 4 – Мама купила два воздушных шара: Оле – зеленый, а Коле – красный. Дети играли с шарами и смеялись. Вдруг у Коли шар лопнул, и мальчик заплакал. Мама пошла посмотреть, почему заплакал Коля. А он уже не плачет, а вместе с Олей играет с синим шаром. Довольна ли мама Олей?

Рассказ 5 – Мама купила себе красивые бусы, она была очень рада. Маше очень понравились бусы, и она стала просить маму подарить бусы ей. Но мама не соглашалась. Тогда Маша сказала: «Ой, мама, как у меня головка болит». «Ты заболела? Дать тебе таблетку?» - испугалась мама. «Нет, - сказала Маша, - лучше подари мне бусы, у меня все и пройдет». Довольна ли мама Машей?

Рассказ 6 – Мама подарила Вере красный мячик, а Ване – синий. Дети взяли мячи и пошли гулять. Вера свой мячик потеряла. Вышла мама во двор и видит: Ваня играет в мяч, а Вера сидит и плачет. Довольна ли мама Ваней?

Рассказ 7 – Света строила башню из кубиков, а маленький братик Тема ломал ей башню. Света никак не могла построить башню. Ей хотелось шлепнуть Тему и пожаловаться на него маме, но мама была занята на кухне. Тогда она дала Теме пирамидку, и он стал ее собирать. А Света спокойно достроила башню. Довольна ли мама Светой?

Рассказ 8 – Даша очень любит ходить по лужам. Один раз Даша залезла в глубокую лужу и промочила ноги. После этого она обещала маме никогда не лазать в лужи. На другой день она увидела, что в лужу залез маленький котенок, он мог утонуть. Даша спасла котенка, но опять промочила ноги. Довольна ли мама Дашей?

Рассказ 9 – Мама купила виноград и положила его на тарелку. Саша захотел попробовать и не заметил, как съел весь виноград. Мама вошла в комнату и спросила: «Ну как, вкусный виноград? – А Саша сказал: «Нет, мамочка, не ешь его, он совсем не вкусный». Довольна ли мама Сашей?

Рассказ 10 – У Андрюши был красивый голубой грузовик. Один раз, когда Андрюша играл, у грузовика отломалось колесо. Андрюша сначала огорчился и хотел бежать к маме, а потом решил сам починить машину. Он вставил колесо на место и постучал по нему маленьким молоточком. Сначала у него ничего не получалось, а потом получилось. Когда пришла мама, Андрюша ей все рассказал и показал починенную машину. Довольна ли мама Андрюшей?

Оценка результатов: Ответ ребенка опирается на его собственное мнение и на прогнозируемую реакцию его мамы в определенной ситуации.

**Методика «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой**

Цель – выявление средств выражения эмоций, а также характеристики: интенсивность экспрессии, двигательная активность при эмоциональных переживаниях и нарушения речи и поведения при эмоциональных переживаниях.

Методикой выявляются 8 экспрессивных каналов выражения эмоций: громкость голоса, темп речи, образность речи, речевые ошибки («сбой» речи), интонационная выразительность речи, двигательная активность, лишние движения, мимика. Также выделяются три фактора экспрессивности: внешняя выразительность эмоций, активность поведения под влиянием эмоций и нарушения речи и поведения под влиянием эмоций.

Инструкция. Напишите на выданном вам бланке свою фамилию, имя, возраст и дату проведения эксперимента.

Начинайте отвечать на вопросы. Отвечая на каждый вопрос, вы должны выбрать один из трех предложенных вариантов ответа: «а», «б» или «в», отражающий ваше мнение. Поставьте крестик в соответствующей клеточке в листке для ответа. Левая клеточка («а») соответствует ответу «безусловно, да», средняя («б») — ответу «иногда», а клеточка «в» — ответу «нет».

Отвечая на вопрос, каждый раз проверяйте, чтобы номер вопроса совпадал с таким же номером в листке для ответов.

Ответы должны быть даны на все вопросы без исключения.

Старайтесь, чтобы промежуточный вариант ответа «б» встречался не чаще 1 раза на 6-7 ответов.

Отвечайте на вопросы, исходя из того, что для вас характерно в настоящий период времени.

Текст опросника

1. Можно ли по вашему голосу догадаться, что вам грустно, тоскливо?

2. Когда вы злитесь, появляются ли в вашей речи сравнения, крепкие выражения, прозвища и т. д.?
3. Бывает ли так, что когда вы боитесь чего-то, то совершаете действия, без которых можно было бы обойтись (крутите в руках предмет, чешете в затылке, одергиваете одежду и т. п.)?
4. Когда у вас веселое настроение, становится ли Ваша речь более образной, т. е. употребляете ли вы красочные эпитеты, сравнения и т. п.?
5. Когда у Вас веселое настроение, сказывается ли оно на ваших движениях и жестикуляции, делает ли оно их более активными?
6. Есть ли у вас склонность говорить быстрее, чем обычно, если вы чем-то взволнованы?
7. Свойственна ли вам в состоянии печали замедленность движений и некоторая скованность?
8. Легко ли можно по интонации вашей речи догадаться, что вы рассержены?
9. Если вам тоскливо, заметно ли меняется интонация вашего голоса?
10. Когда вы рассказываете что-нибудь веселое, употребляете ли вы лишние слова («ну», «значит» и т. п.)?
11. Если вы чем-то обрадованы, говорите ли вы громче, чем обычно?
12. Если какое-либо событие выводит вас из равновесия, заметно ли это для окружающих?
13. Когда вы рассказываете друзьям, родным что-нибудь веселое, становится ли ваша речь более выразительной, богатой интонациями?
14. Бывают ли случаи, когда вы, испугавшись чего-то, начинаете говорить медленнее, чем обычно?
15. Заметно ли для окружающих, что вам грустно?
16. Если вы услышали радостную новость, появляются ли у вас лишние движения, без которых можно было бы обойтись?
17. Если вы говорите с человеком, на которого рассердились, говорите ли вы быстрее, чем обычно?
18. Остается ли ваше лицо бесстрастным, когда вы сильно разозлитесь?

19. Меняется ли интонация вашей речи в моменты, когда вы сильно взволнованы?
20. Становитесь ли вы непоседливы, активны, если чем-то сильно взволнованы (т. е. больше, чем обычно двигаетесь, вертитесь, жестикулируете)?
21. Свойственны ли вам в периоды волнений, переживаний движения, без которых можно было бы обойтись (поглаживание волос, одергивание одежды, манипуляции с ручкой, бумажкой и т. п.)?
22. Считаете ли вы, что чаще всего ничем не проявляете своих чувств?
23. Когда у вас грустное настроение, возникают ли у вас лишние движения, которые в обычном состоянии не наблюдаются (например, бесцельное движение по комнате, заламывание рук, необычная жестикуляция и др.)?
24. Свойственно ли вам в возбужденном состоянии говорить сбивчиво, «проглатывать» слова, употреблять лишние слова типа «э-э>>», «ну» и т. п. — так, что слушателю приходится задавать уточняющие вопросы?
25. Когда вам приходится рассказывать о каком-то случае, который рассмешил вас, говорите ли вы быстрее обычного?
26. Если вы сильно испугались, говорите ли вы тише, чем обычно?
27. Можно ли догадаться по вашему лицу, что вы получили печальное известие?
28. Повышаете ли вы голос, когда говорите с человеком, который вас сильно разозлил?
29. Когда у вас отличное настроение, можно ли догадаться об этом по вашему лицу?
30. Если у вас резко изменилось настроение, заметно ли это для окружающих?
31. Если вы раздражены человеком из-за того, что он помешал вам работать, проявляется ли это в ваших жестах, движениях?
32. Можно ли сказать, что о вашем настроении красноречиво говорит ваше лицо?

33. Остается ли ваша речь ясной и понятной для окружающих, когда вы испытываете страх?

34. Когда вы рассержены, удастся ли вам скрыть свое чувство от окружающих?

35.

Понятна, связна ли ваша речь, когда вами овладевает печаль?

36. Делал ли вам кто-нибудь замечание, что вы слишком громко говорите?

37. Можно ли по интонации вашего голоса догадаться, что вы чем-то испуганы?

38. Бывает ли так, что от волнения вы не можете произнести ни слова?

39. Считаете ли вы, что слишком проявляете свой страх?

40. Когда у вас хорошее настроение, заметно ли это для окружающих?

41. Меняется ли темп вашей речи, если вы рассказываете о каком-то печальном для Вас событии?

42. Если вы получили испугавшее вас известие, можно ли догадаться об этом по вашему лицу?

43. Если вы рассердились на вашего собеседника, влияет ли это на связность вашей речи: появляются в ней паузы, лишние слова или неточности?

Бланк для ответов

44. Бывает ли так, что ваше раздражение или злость проявляются в движениях, не направленных ни к какой определенной цели (крутите что-то в руках, притрагиваетесь к лицу и т. п.)?

45. Становится ли ваша речь менее красочной (отсутствие эпитетов, сравнений и т. п.), если вы чем-то расстроены?

46. Можно ли сказать, что страх делает вашу речь менее образной?

47. Становитесь ли вы более подвижным, непоседливым, чем обычно, в моменты, когда вы чем-то напуганы?

48. Ваша речь отличается образностью, т. е. свойственно ли вам употреблять красочные эпитеты, сравнения, меткие выражения?

Номер п/п	а	б	в	Номер п/п	а	б	в
1				25			
2				26			
3				27			
4				28			
5				29			
6				30			
7				31			
8				32			
9				33			
10				34			
11				35			
12				36			
13				37			
14				38			
15				39			
16				40			
17				41			
18				42			
19				43			
20				44			

21				45			
22				46			
23				47			
24				48			

### Ключ к методике

Каналы экспрессии	Номера вопросов
Громкость голоса	«да»- 1,11,26,28,36
Темп речи	«да»-6, 14,17,25,41
Образность речи	«да» — 2, 4, 45, 46, 48
Сбой речи	«да» — 10, 24, 43,
Интонация	«да» — 8, 9, 13, 19, 37
Двигательная активность	«да»-5, 7, 20, 31,39
Лишние движения	«да»»-3, 16, 21,23,44
Мимика	«да» — 27, 29, 32, 42,
Недифференцированная по каналам экспрессия	«да» — 12, 15, 30, 38, 40, 47,

да» — 3, «иногда» — 2, «нет» — 0. «а» — безусловно, да; «б» — иногда; «в» — нет

**Диагностическая методика «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Автор: Г.А.Урунтаева и Ю.А.Афонькина**

Цель: Определить у младших школьников уровень усвоения социальных норм поведения.

Условия проведения: данная беседа проводилась изолированно, с каждым ребёнком индивидуально в вечерние часы.

Описание проведения:

Педагог задает воспитаннику вопросы, разработанные ранее:

1. Как ты думаешь, что такое правило?
2. Какие правила ты знаешь?
3. Для чего нужны правила?
4. Все ли люди выполняют правила?
5. В нашей группе есть правила? Какие?
6. Можно ли смеяться, если твой товарищ упал? Почему?
7. Можно ли обижать животных? Почему?
8. Нужно ли делиться игрушками с другими детьми? Почему?
9. Если ты сломал игрушку, а учитель подумал на другого ребёнка нужно ли сказать, что это ты виноват? Почему?
10. Можно ли шуметь, когда другие отдыхают? Почему?
11. Можно ли драться, если другой ребёнок отобрал у тебя игрушку? Почему?

12. Как ты думаешь, что было бы, если бы правил не существовало?

Проведенное диагностирование позволило отнести детей младшего школьного возраста к разным уровням социальной адаптации:

Высокий уровень: Дети активно принимают участие в жизни коллектива. Считаются с мнением других людей, в общении дружелюбны и приветливы.

Средний уровень: Наряду с попытками сформировать совместную деятельность дети обнаруживают неумение поддерживать перспективу в общении, взаимодействии, считаться с мнением товарищей. Микрогруппы межличностного предпочтения присутствуют, но границы их не устойчивы. Отвержения в группе происходят по половому признаку (мальчики выбирают мальчиков, девочки – девочек).

Низкий уровень: Дети редко принимают участие в совместной деятельности, не умеют подчинять свое поведение нуждам группы. В общении проявляют грубость и обособленность.

### Методика «Изучение уровня саморегуляции» (У.В. Ульenkова)

Цель методики: определение уровня сформированности саморегуляции.

Методика «Изучение уровня саморегуляции» Ульenkовой, позволяет определить уровень саморегуляции младших школьников, по тому, как дети выполняют задание с соблюдением определенных правил.

Описание методики:

На тетрадном листе в одну линейку в течение 15 мин (в начале учебного года) дети пишут простым карандашом системы палочек и черточек, соблюдая при этом четыре правила:

- 1) писать палочки и черточки в определенной последовательности;
- 2) не писать на полях;
- 3) правильно переносить системы знаков с одной строки на другую;
- 4) писать не на каждой строчке, а через одну.

В соответствии с общим замыслом методики были разработаны следующие оценочные критерии степени сформированности действий самоконтроля на основных этапах интеллектуальной деятельности детей:

1) степень полноты принятия задания — ребенок принимает задание во всех компонентах; принимает частично; не принимает совсем;

2) степень полноты сохранения задания до конца занятия — ребенок сохраняет задание во всех компонентах; сохраняет лишь отдельные его компоненты; полностью теряет задание;

3) качество самоконтроля по ходу выполнения задания — характер ошибок, допускаемых ребенком; замечает ли он свои ошибки; исправляет или не исправляет их;

4) качество самоконтроля при оценке результата деятельности — ребенок старается еще раз основательно проверить работу и проверяет ее; ограничивается беглым просмотром; вообще не просматривает, а отдает ее взрослому сразу же по окончании.

## Ход работы

Педагог организывает и рассказывает детей, как на обычном учебном занятии. Перед каждым ребенком кладет двойной тетрадный лист с разлиновкой в одну линейку. В доступной и привлекательной форме он ставит общую цель занятия:

«Дети, перед каждым из вас лежит лист из школьной тетради. Сейчас вы будете писать карандашом, как настоящие школьники. Вы будете писать палочки и черточки, соблюдая при этом четыре правила. Сейчас я вам покажу на доске, как нужно писать палочки и черточки, и скажу, какие правила при этом нужно помнить».

Далее следует краткое (не более 4—5 мин) инструктирование детей. «Смотрите и запоминайте, как я буду писать на доске», — говорит педагог, подходя к доске, разлинованной так же, как и тетрадный лист. «Я пишу на доске, — продолжает он, — палочки и черточки в таком порядке: сначала я пишу одну палочку, потом черточку. Дальше нужно написать две палочки — черточку. Затем три палочки — черточку, а потом все повторить снова. Надо все время считать, чтобы не ошибиться. Это первое правило, которое вам нужно соблюдать при письме. (Педагог повторяет это правило еще раз.)

Второе правило: вы заполнили всю строчку до полей (показывает) — писать на них нельзя, школьник на полях не пишет.

Третье правило: надо правильно переходить с законченной строчки на новую: на новой строчке продолжать писать то, что не поместилось на старой. Смотрите: я написала две палочки, а черточка не поместилась, я ее переношу на новую строчку, а дальше пишу три палочки — черточку и т. д. (Объясняет разные варианты переноса.)

Четвертое правило: между строчками должно быть расстояние в одну линейку, иначе у вас все написанное сольется, будет выглядеть некрасиво».

Педагог по написанному на доске повторяет еще раз все правила. Правила повторяются вместе с детьми. Затем он, чтобы убедиться, правильно ли все дети нашли первую строчку, поля, третью строчку, просит поставить

на них указательный палец. Убедившись, что все дети ориентируются на тетрадном листе, прекращает инструктаж.

Он стирает написанное на доске и говорит детям: «Старайтесь писать правильно, аккуратно, молча, чтобы не мешать друг другу. Если что-то непонятно, то спросите сейчас».

Далее, после короткой паузы, педагог добавляет: «Будете писать до тех пор, пока я не скажу: достаточно, проверьте написанное. А теперь пишите!»

Засекается время начала работы. Помощь детям в процессе работы методикой не предусматривается.

### Обработка результатов

В соответствии с оценочными критериями сформированности действий самоконтроля выделяется пять уровней сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности детей (в направлении от высшего к низшему).

Уровни служили целям количественной и качественной оценки сформированности саморегуляции. Кратко опишем их.

I. Высокий уровень – 5 баллов. Ребенок принимает задание полностью, полностью во всех компонентах сохраняет его до конца занятия; работает сосредоточенно, не отвлекаясь на протяжении всего занятия; работает в основном точно, если и допускает отдельные ошибки на то или иное правило, то при проверке замечает и самостоятельно устраняет их; не спешит сдать работу сразу же после сигнала об окончании, а еще раз проверяет написанное; в случае необходимости вносит поправки, делает все, чтобы работа не только была выполнена правильно, но и выглядела аккуратной, красивой.

II. Уровень выше среднего – 4 балла. Ребенок принимает задание полностью, сохраняет его также полностью до конца занятия; по ходу работы допускает немногочисленные ошибки на те или иные правила, но не замечает и не устраняет их; также не устраняет ошибки и в специально отведенное для проверки время в конце занятия, ограничиваясь лишь беглым просмотром

написанного; качество оформления работы его не заботит, хотя общее стремление получить хороший результат у него есть.

III. Средний уровень – 3 балла. Ребенок принимает лишь часть инструкции, но до конца занятия может не сохранить ее в принятом объеме, в результате пишет палочки и черточки в беспорядке; в процессе работы допускает ошибки не только по невнимательности, но прежде всего потому, что не запомнил правила выполнения задания; ошибок не замечает, не исправляет их ни по ходу работы, ни в конце занятия; после сигнала об окончании работы не проявляет желания улучшить ее качество; к полученному результату равнодушен. Данный уровень саморегуляции ребенка оценивается баллом «3».

IV. Уровень ниже среднего – 2 балла. Ребенок принимает лишь небольшую часть инструкции, но почти сразу ее полностью теряет; пишет палочки и черточки в случайном порядке; ошибок не замечает и не исправляет; не использует и время для проверки в конце занятия; после сигнала об окончании сразу же оставляет работу без внимания; к качеству выполненной работы индифферентен. Этот уровень саморегуляции в деятельности ребенка оценивается баллом «2».

V. Низкий уровень – 1 балл. Ребенок совсем не принимает задания, более того, он вообще не понимает, что перед ним поставлена какая-то задача; в лучшем случае он улавливает из инструкции только то, что ему надо действовать с карандашом и бумагой; пытается это делать, исписывая или разрисовывая лист, как получится, не признавая при этом ни полей, ни строчек на листе; о саморегуляции на заключительном этапе занятия говорить также не приходится. Данный уровень оценивается баллом «1».

**Методика «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И.**

**Высоцкого**

Цель методики: оценка волевых качеств (самостоятельности, выдержки, дисциплинированности), субъекта, проявляемых в каком-либо виде деятельности.

Довольно полную характеристику волевой активности субъекта можно получить, наблюдая за его настойчивостью, инициативностью, решительностью, самостоятельностью, выдержкой, организованностью и дисциплинированностью, проявляемых в каком-нибудь виде деятельности. Эти волевые качества, отражающие активизирующую и сдерживающую функции воли, наиболее ярко проявляются в действиях и поступках субъектов, удобны для наблюдения, характерны для всех видов деятельности (учение, труд, спорт, общественная работа). Что касается целеустремленности, то о ней можно судить по проявлению указанных выше качеств.

**Признаки волевых качеств школьников**

**Признаки дисциплинированности:**

- сознательное выполнение установленного в данной деятельности порядка (соблюдение требований учителей, своевременное выполнение трудовых поручений, выполнение всех правил в спорте и т. д.);
- добровольное выполнение правил, установленных коллективом (класса, членами кружка, группой товарищей по труду, спорту и т. д.);
- недопущение проступков (уход без разрешения с занятий, неявка на воскресник и т. п.);
- соблюдение хорошего поведения при изменении обстановки.

**Признаки самостоятельности:**

- выполнение субъектом посильной деятельности без помощи и постоянного контроля со стороны (без напоминаний и подсказок выполнить учебное, трудовое задание и т. п.);

- умение самому найти себе занятие и организовать свою деятельность (приступить к подготовке уроков, обслужить себя, найти способ отдохнуть и т. д.);

- умение отстаивать свое мнение, не проявляя при этом упрямства, если не прав;

- умение соблюдать выработанные привычки самостоятельного поведения в новых условиях деятельности.

#### Признаки настойчивости:

- стремление постоянно доводить начатое дело до конца;
- умение длительно преследовать цель, не снижая энергии в борьбе с трудностями;

- умение продолжать деятельность при нежелании ею заниматься или при возникновении другой, более интересной деятельности;

- умение проявить упорство при изменившейся обстановке (смене коллектива, условий труда и т. д.)

#### Признаки выдержки:

- проявление терпения в деятельности, выполняемой в затрудненных условиях (большие помехи, неудачи и т. п.);

- умение держать себя в конфликтных ситуациях (при спорах, незаслуженном обвинении и т. д.);

- умение тормозить проявление чувств при сильном эмоциональном возбуждении (большой радости, негодовании и т. д.);

- умение контролировать свое поведение в непривычной обстановке.

#### Признаки организованности:

- соблюдение определенного порядка, способствующего успеху в деятельности (держать в порядке книги, рабочее место, предметы труда и развлечений и т. п.);

- планирование своих действий и разумное их чередование; рациональное расходование времени с учетом обстановки;

– умение вносить в свою деятельность определенную организацию при изменении обстановки.

Признаки решительности:

- быстрое и обдуманное принятие решений при выполнении того или другого действия или поступка;
- выполнение принятого решения без колебаний, уверенно;
- отсутствие растерянности при принятии решений в затрудненных условиях и во время эмоциональных возбуждений;
- проявление решительных действий в непривычной обстановке.

Признаки инициативности:

- проявление субъектом творчества, выдумки, рационализации;
- участие в осуществлении разумного новшества, хорошего начинания, исходящего от других;
- активная поддержка коллектива в реализации намеченных планов;
- стремление проявить инициативу в непривычной обстановке.

Оценка силы волевых качеств

Оценка силы волевых качеств производится по пятибалльной системе:

- 5 — волевое качество очень сильно развито,
- 4 — сильно развито,
- 3 — развито,
- 2 — очень слабо развито,
- 1 — волевое качество не присуще данному субъекту (для большей точности оценка может быть выражена с десятыми долями балла, например, 3,7 или 4,2 и т. д.).

Общая оценка каждого волевого качества определяется как среднеарифметическое, полученное от деления суммы оценок данного качества на число оценивающих.

Если среднеарифметическое равно 4, и выше, данное качество проявляется сильно, в остальных случаях — волевое качество считается

слабо проявляющимся. Так определяется сила каждого из изучаемых волевых качеств.

Оценка устойчивости того или другого волевого качества производится по частоте проявления признаков данного качества.

Волевое качество считается более или менее устойчивым, если один из его признаков обнаруживается у наблюдаемого субъекта в данной деятельности в среднем три и более раза в неделю или если два и более признака проявляются в среднем не менее двух раз в неделю за время наблюдения за субъектом. При более редком проявлении признаков волевое качество считается неустойчивым.

Таким образом, если волевое качество определенной силы и устойчивости проявляется только в одном виде деятельности (учение, труд, спорт, общественная работа), можно считать, что это влияние мотива, интереса к данной деятельности.

## Приложение Е

Таблица 3 - Результаты констатирующего эксперимента по исследованию уровня эмоционального предвосхищения у младших школьников (Игра «Довольна ли мама?» Н.Л. Белопольской):

Имя Ф.	Низкий уровень (балл)	Средний уровень (балл)	Высокий уровень (балл)
1 Саша М.			8
2 Таня Г.			10
3 Игорь К.	2		
4 Лёша Л.		5	
5 Алина А.			9
6 Максим В.		7	
7 Катя К.		4	
8 Дима П.	1		
9 Наташа Х.			8
10 Андрей Т.		6	
11 Максим Л.			9
12 Артём М.		5	
13 Слава М.		4	
14 Вадим Е.			10
15 Катя Е.		7	
16 Дима И.		5	
17 Вероника З.			9
18 Юля Г.		6	
19 Наташа С.		3	
20 Кристина И.		5	
21 Оля К.		7	
22 Настя Т.			10
23 Серёжа У.			8

## Приложение Ж

Таблица 4 - Результаты констатирующего эксперимента по исследованию уровня внешних проявлений эмоций (экспрессии) у младших школьников (Методика «Вопросник по эмоциональной экспрессии» Л.Е. Богиной, А.Е. Ольшанниковой):

Имя Ф.	Низкий уровень (балл)	Средний уровень (балл)	Высокий уровень (балл)
1 Саша М.	15		
2 Таня Г.			44
3 Игорь К.		24	
4 Лёша Л.	14		
5 Алина А.		32	
6 Максим В.		33	
7 Катя К.			47
8 Дима П.	11		
9 Наташа Х.		30	
10 Андрей Т.			39
11 Максим Л.			37
12 Артём М.		18	
13 Слава М.	10		
14 Вадим Е.		29	
15 Катя Е.			45
16 Дима И.	12		
17 Вероника З.			41
18 Юлия Г.		26	
19 Наташа С.			38
20 Кристина И.		31	
21 Оля К.		35	
22 Настя Т.			42
23 Серёжа У.		22	

## Приложение 3

Таблица 5 - Результаты констатирующего эксперимента по исследованию уровня понимания социальных правил у младших школьников (методика «Определение у младших школьников уровня усвоения социальных норм поведения» Автор: Г.А.Урунтаева и Ю.А.Афонькина):

Имя Ф.	Низкий уровень (балл)	Средний уровень (балл)	Высокий уровень (балл)
1 Саша М.		10	
2 Таня Г.			14
3 Игорь К.	4		
4 Лёша Л.		7	
5 Алина А.			12
6 Максим В.	3		
7 Катя К.		10	
8 Дима П.		9	
9 Наташа Х.			13
10 Андрей Т.	6		
11 Максим Л.			12
12 Артём М.		8	
13 Слава М.			14
14 Вадим Е.			15
15 Катя Е.		11	
16 Дима И.	5		
17 Вероника З.		9	
18 Юля Г.			13
19 Наташа С.		7	
20 Кристина И.			14
21 Оля К.		10	
22 Настя Т.		8	
23 Серёжа У.		11	

## Приложение И

Таблица 6 - Результаты констатирующего эксперимента по исследованию уровня волевых усилий (методика «Изучение уровня саморегуляции» (У.В. Ульenkова)):

Имя Ф.	Низкий уровень (балл)	Средний уровень (балл)	Высокий уровень (балл)
1 Саша М.		3	
2 Таня Г.			5
3 Игорь К.		3	
4 Лёша Л.			5
5 Алина А.	2		
6 Максим В.		3	
7 Катя К.		3	
8 Дима П.			4
9 Наташа Х.		3	
10 Андрей Т.	1		
11 Максим Л.			5
12 Артём М.		3	
13 Слава М.			4
14 Вадим Е.			5
15 Катя Е.			5
16 Дима И.	2		
17 Вероника З.		3	
18 Юля Г.			4
19 Наташа С.			4
20 Кристина И.			5
21 Оля К.		3	
22 Настя Т.			4
23 Серёжа У.			5

## Приложение К

Таблица 7 - Результаты констатирующего эксперимента по исследованию уровня волевых усилий (Методика «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоцкого):

Имя Ф.	Низкий уровень (балл)	Средний уровень (балл)	Высокий уровень (балл)
1 Саша М.		3	
2 Таня Г.			5
3 Игорь К.	2		
4 Лёша Л.		3	
5 Алина А.		3	
6 Максим В.	1		
7 Катя К.			5
8 Дима П.			4
9 Наташа Х.			5
10 Андрей Т.			5
11 Максим Л.	1		
12 Артём М.		3	
13 Слава М.			4
14 Вадим Е.		3	
15 Катя Е.			4
16 Дима И.			4
17 Вероника З.			5
18 Юля Г.		3	
19 Наташа С.		3	
20 Кристина И.	2		
21 Оля К.			5
22 Настя Т.		3	
23 Серёжа У.		3	

Комплекс занятий по развитию эмоционально-волевой сферы младшего школьника с помощью театрализации

№ занятий	Задачи занятий	Материалы
<b>Вводный этап</b>		
Занятие 1. Знакомство	Знакомство с группой, расположение детей к себе. Проведение разминки (передача игрушки по кругу).	Музыкальное оформление, игрушка, стулья.
<b>№ занятий</b>		
<b>Основной этап</b>		
Занятие 2. Этюды на выражение внимания, интереса и сосредоточенности	С помощью эмоционального реагирования в этюдах необходимо научить школьников выражать эмоции внимания, интереса.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья
Занятие 3. Этюды на выражение удивления	Научить выражать эмоциональное состояние - удивление при разыгрывании этюдов.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, отрывок из стихотворения С. Маршака «Человек рассеянный с улицы Бассейной»
Занятие 4. Этюды на выражение удовольствия, радости	Использование выразительных движений для выражения удовольствия и радости при разыгрывании этюдов.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, стихотворение А.Гунули
Занятие 5. Этюды на выражение страдания и печали	Способствовать осознанию собственного состояния и сочувствию печали других людей.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, отрывок произведения «Цветик семицветик» В. Каверина
Занятие 6. Этюды на выражение отвращения и презрения	Научить детей осознанию своего собственного состояния, а также пониманию выражения данных состояний у других.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья, отрывок сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок»
Занятие 7. Этюды на выражение страха	Способствовать повышению устойчивости к страхам.	Музыкальное сопровождение, столы, стулья

Заключительный этап		
Занятие 8. Итоговое, игровое.	Способствовать созданию у детей положительного эмоционального состояния 1. «Приветствие» 2. «Наши эмоции» 3. Рефлексия	Музыкальное сопровождение, стулья

Конспекты занятий по программе

### **Занятие 1: Вводное занятие «Знакомство»**

Задачи занятия: Знакомство с группой, расположение детей к себе.

Проведение разминки (передача игрушки по кругу).

Материалы: Игрушка, стулья и музыкальное сопровождение.

Ход занятия: Учитель представляется группе; рассказывает о себе, своих увлечениях и о своем настроении. Педагог предлагает детям передавать игрушку по кругу и знакомиться (назвать свое имя и рассказать о своем настроении). Дети знакомятся друг с другом, не перебивая никого.

### **Занятие 2: «Этюды на выражения интереса, внимания и сосредоточенности»**

Задачи занятия: с помощью эмоционального реагирования в этюдах необходимо научить школьников выражать эмоции внимания, интереса.

Материалы: Столы, стулья и музыкальное сопровождение.

Ход занятия: Учитель рассказывает детям разные ситуации; объясняет и показывает позы, мимику и выразительные движения.

- «Что там произошло?» (интерес)

Ученики стоят небольшой компанией и что-то делают. Недалеко от них остановился мальчик и подумал про себя «Что там произошло?». Мальчик не решился подойти к компании.

Поза: выдвинуть одну ногу вперед, перенести на нее вес тела, одна рука на бедре, другая опущена вдоль тела.

Выразительные движения: голову поворачиваете в сторону происходящего действия, пристальный взгляд.

- Сосредоточенность

Пират сидит на стуле и внимательно изучает карту. Он продумывает план захвата территории.

Мимика: слегка сощуренные глаза, нижняя губа закусена.

Выразительные движения: левая рука упирается локтем в ногу и поддерживает голову, наклоненную влево; указательный палец правой руки двигается по воображаемой карте.

### **Занятие 3: «Этюды на выражение удивления».**

Задачи занятия: Научить выражать эмоциональное состояние - удивление при разыгрывании этюдов.

Материалы: Столы, стулья и музыкальное сопровождение.

Ход занятия: Учитель рассказывает детям ситуацию, объясняет и показывает выразительны движения, позу и мимику. Ученики проигрывают этюд.

- Удивление.

Мальчик очень удивился: он увидел, как фокусник посадил в пустой чемодан кошку и закрыл его, а когда открыл, кошки там не было. Из чемодана выпрыгнула собака.

Мимика: рот раскрыт, брови и верхние веки приподняты.

- «Удивление водителя»

Учитель зачитывает отрывок из стихотворения С.Я Маршака «Человек рассеянный с улицы Бассейной»

Однажды на трамвае

Он ехал на вокзал

И, двери открывая,

Вожатому сказал:

— Глубокоуважаемый Вагоноуважатый!

Вагоноуважаемый Глубокоуважатый!

Во что бы то ни стало

Мне надо выходить.

Нельзя ли у трамвала

Вокзай остановить?

Вожатый удивился

Трамвай остановился.

Вот какой рассеянный

С улицы Бассейной!

После прочтения стихотворения выбирается один из учеников на роль вагоновожатого. К нему со странной просьбой обращается человек рассеянный с улицы Бассейной.

Мимика: ребенок смотрит на говорящего, руки бессильно падают вниз или одна рука прикрывает рот как бы с целью сдержать восклицание.

Поза: брови и верхние веки приподнимаются.

#### **Занятие 4: «Этюды на выражение удовольствия, радости».**

Задачи занятия: Использование выразительных движений для выражения удовольствия и радости при разыгрывании этюдов.

Материалы: Стулья, музыкальное сопровождение.

Ход занятия: На занятии ученики разыграли 5 этюдов.

- «Цветок»

Теплый луч упал на землю и согрел в ней семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету каждый свой лепесток, поворачивая свою голову вслед за солнцем.

Мимика: глаза полузакрыты, улыбка, мышцы лица расслаблены.

Выразительные средства: сесть на корточки, голову и руки опустить; поднимается голова, распрямляется корпус, руки поднимаются в стороны — цветок расцвел; голова слегка откидывается назад, медленно поворачивается вслед за солнцем.

- «Первый снег»

Много дней шел мелкий холодный дождь. Дул противный ветер. В саду было уныло и грязно: мальчика не выпускали на улицу. Вот и сегодня мальчик проснулся и подумал, что опять не пойдет гулять. Он подошел к окну и замер от приятного изумления. Все было покрыто белым, белым снегом. В саду

стало чисто, просторно и красиво. Можно идти гулять. Скорее-скорее одеваться!

Мимика: улыбка и приподнятые брови.

Утром глянул я чуть свет:

Двор по-зимнему одет.

Распахнул я настежь двери,

В сад гляжу, глазам не верю.

Эй, смотрите, чудеса —Опустились небеса!

Было облако над нами,

Оказалось, под ногами.

(А. Гунули)

- «Встреча с другом»

У мальчика есть друг. Наступило лето, и друг уехал с родителями на дачу на целый месяц. Мальчику было очень скучно без друга. Прошел месяц. Однажды идет мальчик по улице и вдруг видит, как на остановке из троллейбуса выходит его товарищ. Как же обрадовались они друг другу!

Выразительные движения: объятия, смех, улыбки.

- «Сражение»

Ива-Царевич сражается с чудовищем и побеждает его. Иван-Царевич очень рад победе и гордится собой.

Поза, мимика: плечи развернуты, ноги слегка расставлены, голова откинута, брови приподняты, губы тронуты улыбкой.

Выразительные движения: у чудовища – делаются выпады руками и ногами в сторону Ивана-Царевича, затем никнут по очереди, и чудовище падает обессиленный. Иван-Царевич машет мечом с большим усилием.

- «Хорошее настроение»

«Мама послала сына в магазин: «Купи печенье и конфеты», — сказала она. — Мы попьем с тобой чаю и пойдем в зоопарк». Мальчик взял у мамы деньги, сумку и вприпрыжку побежал в магазин. У него было очень хорошее настроение.

Мимика: улыбка.

Выразительные движения: походка — быстрый шаг, иногда переходящий на подскоки.

### **Занятие 5: «Этюды на выражение страдания и печали»**

Задачи занятия: Способствовать осознанию собственного состояния и сочувствию печали других людей.

Материалы: стулья, музыкальное сопровождение.

Ход занятия:

Учитель рассказывает ситуации, объясняет и показывает выразительные движения, позы. Ученики проигрывают этюды.

- «Северный полюс»

У девочки Жени был волшебный цветик-семицветик. Захотела она попасть на Северный полюс. Достала Женя свой заветный цветик-семицветик оторвала один лепесток, подбросила его вверх и сказала:

Лети, лети, лепесток,

Через запад на восток,

Через север, через юг,

Возвращайся, сделав круг.

Лишь коснешься ты земли —

Быть, по-моему, вели.

Вели, чтобы я была на Северном полюсе!

И Женя тут же, как была в летнем платье, с голыми ногами, одна одинешенька оказалась на Северном полюсе, а мороз там сто градусов.

(В. Каверин)

Выразительные движения: колени сомкнуты так, что одно колено прикрывает другое, руки около рта, дышит на пальцы.

- «Медвежата»

Два медвежонка Тим и Том съели вкусные, но невымытые яблоки. У них разболелись животы. Медвежата жалуются:

Ой, ой, живот болит!

Ой, ой, меня тошнит!

Ой, мы яблок не хотим!

Мы хвораем, Том и Тим.

Выразительные движения: брови приподняты и сдвинуты, глаза прищурены, туловище согнуто, живот втянут, руки прижаты к животу.

- «Золушка»

Одна из учениц изображает Золушку, которая пришла домой печальной: она потеряла туфельку на балу.

Выразительные движения: поникшая голова, сведенные брови, опущенные уголки губ, замедленная походка.

### **Занятие 6: «Этюды на выражение отвращения и презрения»**

Задачи занятия: Научить детей осознанию своего собственного состояния, а также пониманию выражения данных состояний у других.

Материалы: стулья, музыкальное сопровождение.

Ход занятия:

Учитель рассказывает ситуации, объясняет и показывает выразительные движения, позы. Ученики проигрывают этюды.

- «Чай с солью»

Бабушка потеряла очки и поэтому не заметила, что насыпала в сахарницу вместо сахара мелкую соль. Внук захотел пить. Он налил себе в чашку чай и, не глядя, положил в него две ложки сахарного песка, помешал и сделал первый глоток. До чего же противно стало у него во рту!

Выразительны движения: голова наклонена назад, брови нахмурены, глаза сощурены, верхняя губа подтягивается к носу, нос сморщен — ребенок выглядит так, словно он подавился.

- «Грязь»

Мальчик обул новые ботинки и пошел в гости к своему другу. Ему надо было перейти дорогу, где шли ремонтные работы, и было все раскопано. Недавно

шел дождь, и на дороге было грязно и скользко. Мальчик шел осторожно, стараясь не пачкать ботинки.

Выразительные движения: походка должна производить впечатление, что ребенок идет по грязи, ступая на кончики пальцев, как бы нехотя, и делая вид, что он выбирает более чистое место.

- «Гадкий утенок»

Ученики вспоминают сказку Г.А. Андерсена «Гадкий утенок». Потом разыгрывают этюд.

В нем птицы и человек демонстрируют свое презрительное и брезгливое отношение к утенку, который не был похож на других утят. Они считали его безобразным и гадким.

«Все гнали бедного утенка, даже братья и сестры. Сердито говорили ему: «Хоть бы кошка утащила тебя, несносный урод!». А мать прибавляла: «Глаза бы на тебя не глядели!» Утки щипали его, куры клевали, а девушка, которая давала птицам корм, толкала ногой».

Утенок не выдержал пренебрежительного и враждебного отношения к себе. Он убежал через изгородь с птичьего двора.

Выразительны движения: отвращение — голова откинута назад, брови нахмурены, глаза прищурены, ноздри раздуты, нос сморщен, углы губ опущены или, наоборот, верхняя губа подтянута вверх. Униженность — голова опущена вниз, плечи сведены вперед.

### **Занятие 7: «Этюды на выражение страха»**

Задачи занятия: Способствовать повышению устойчивости к страхам.

Материалы: стулья, стол, музыкальное сопровождение.

Ход занятия: Учитель рассказывает ситуации, объясняет и показывает выразительные движения, позы. Ученики проигрывают этюды.

- «Страх»

Мальчик боится быть один. Он неподвижно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь... Вдруг в другой комнате кто-то притаился, что тогда?

Мимика: брови идут вверх, глаза расширены, рот раскрыт, как для восклицания.

Выразительные движения: голова откинута назад и втянута в плечи.

- «Отчаяние»

Ребенок приехал с родителями в чужой город. На вокзале он отстал от них.

Мальчик вышел на привокзальную площадь, он в смятении, не знает, что делать.

Выразительные движения: голова наклонена вперед и втянута в плечи, плечи приподняты, брови идут вверх и сдвигаются, губы раскрыты так, что виден верхний ряд зубов, одна рука с силой сжимает другую.

- «Ночь»

Утенок убежал с птичьего двора. Ночь застает его в лесу. К тому же испортилась погода. Пошел дождь, поднялся ветер. Деревья громко скрипели и гнули ветви под напором ветра почти до земли, а утенку казалось, что его хватают большие темные и мокрые лапы. Перекликались филины, а утенок думал, что это кто-то кричит от боли. Долго метался утенок по лесу, пока нашел себе местечко, где можно было спрятаться.

В классе все дети, кроме ребенка-утенка, изображают деревья, коряги и пеньки, они принимают угрожающие позы и издают громкие, пугающие звуки: завывают, ухают и т. п. Утенок прячется в маленькой пещерке (под столом). Он сжимается в комочек и дрожит. Перестает звучать музыка.

### **Занятие 8: «Итоговое занятие»**

Задачи занятия: Способствовать созданию у детей положительного эмоционального состояния: 1. «Приветствие», 2. «Наши эмоции», 3. Рефлексия.

Ход занятия: По итогу всех занятий ученики выполняют упражнение «Наши эмоции». Учитель предлагает учащимся, показать какие эмоции они испытывают. Встают те, кто чувствует себя в данный момент радостным... (грустный, сердитый, обиженный, смешливый, радостный, испуганный,

удивленный, довольный, виноватый и т.д.). Затем на отдельных листах делают рисунок на тему «Важная эмоция» и все рисунки располагаются на доске. Школьники на заключительном этапе показали более позитивное отношение к проживаемым ситуациям, большую открытость в общении и эмоциональный комфорт. В заключение проведена рефлексия по рисункам.