

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии и педагогики детства

СУСЛИКОВА КРИСТИНА АНДРЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ
ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы
Психология и педагогика дошкольного образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доцент Груздева О.В.

Научный руководитель
канд. биол. наук, доцент Вербанова О.М.

Дата защиты

Обучающийся
Сусликова К.А.

Оценка

Красноярск 2025

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	7
1.1. Понятия «эмоциональное состояние», «эмоциональное благополучие» и его компоненты	7
1.2. Критерии эмоционального благополучия.....	11
1.3. Возрастные особенности эмоциональной сферы детей среднего дошкольного возраста.....	13
1.4. Факторы, влияющие на эмоциональное благополучие детей в условиях ДОО.	17
Выводы по главе 1	20
ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	22
2.1. Организация и методы исследования.....	22
2.2. Результаты изучения эмоциональных состояний детей в условиях ДОО.....	25
2.3 Реализация психолого-педагогических условий по обеспечению эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях ДОО.....	28
2.4 Результаты контрольного изучения эмоциональных состояний детей в условиях ДОО.....	37
2.5 Психолого-педагогические рекомендации педагогам по обеспечению эмоционального благополучия детей	41
Выводы по главе 2	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	45
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	47
ПРИЛОЖЕНИЯ	50

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. На сегодняшний день проблематика эмоционального благополучия детей не теряет своей актуальности. В период дошкольного детства происходит значительное развитие как физических, так и психологических аспектов личности. Одним из ключевых условий для развития человека является наличие положительного эмоционального состояния. Эмоциональное благополучие (далее ЭБ) ребенка является важным условием его позитивной социализации и личностного развития. Решающую роль в формировании и сохранении ЭБ ребенка играет не только семья, но и среда, в которой он находится. В данной работе мы будем рассматривать дошкольные образовательные организации, как среду, влияющую на особенности ЭБ детей.

В условиях ДОО главный нормативный документ Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее — ФГОС ДОО) ставит перед педагогами важную задачу — обеспечение положительного эмоционального состояния детей (пункт 3.1.1) [1].

Изучение ФГОС ДОО позволяет выделить следующие поставленные задачи и условия, которые связаны с обеспечением ЭБ детей в детском саду.

Пункт 1.6. Стандарта направлен на решение следующих задач:

- 1) охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия;
- 4) создания благоприятных условий развития детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными особенностями и склонностями, развития способностей и творческого потенциала каждого ребёнка как субъекта отношений с самим собой, другими детьми, взрослыми и миром.

Пункт 3.2.1. Для успешной реализации Программы должны быть обеспечены следующие психолого-педагогические условия:

- 1) уважение взрослых к человеческому достоинству детей, формирование и поддержка их положительной самооценки, уверенности в собственных возможностях и способностях;
- 4) поддержка взрослыми положительного, доброжелательного отношения детей друг к другу и взаимодействия детей друг с другом в разных видах деятельности;
- 7) защита детей от всех форм физического и психического насилия.

ФГОС ДОО предусматривает как прямую, так и косвенную работу педагогических работников ДОО по развитию и формированию эмоциональной сферы ребёнка. Эта работа может осуществляться в различных видах деятельности дошкольника.

Указание на необходимость обеспечения ЭБ детей в условиях ДОО, которое подчеркивается в ФГОС ДОО, делает данную тему значимой и актуальной.

Термин «эмоциональное благополучие» в научной литературе чаще рассматривают посредством понятия «эмоциональное состояние» (О.В. Козлова, А.Д. Кошелева, Д.С. Никулина и др.) [19; 20; 30]. Так, эмоциональное состояние индивида можно определить через его субъективное ощущение, связанное с комфортом, либо дискомфортом. Это единое ощущение «мне хорошо», либо «мне плохо» определяет благополучие или неблагополучие организма индивида в целом. В связи с этим эмоциональное благополучие можно считать одним из проявлений общего эмоционального состояния человека.

В силу возрастных особенностей у детей дошкольного возраста трудно изучить ЭБ, ведь основными критериями ЭБ является регуляция эмоциональных проявлений, уверенность, удовлетворенность, спокойствие, а также осознание собственных эмоций. В связи с этим актуален поиск средств изучения ЭБ в дошкольном возрасте.

В наше беспокойное время преобладает негативный общественный настрой, страхи, неуверенность в завтрашнем дне и все это через родителей, воспитателей, СМИ, Интернет, находит отражение в эмоциональном состоянии детей. У них нарастает тревожность, нарушается психологическое здоровье.

В свою очередь, дети находятся большую часть времени в детском саду, поэтому очень важно создать вокруг них положительную атмосферу и свести к минимуму негативные факторы. В связи с этим проблематика изучения и обеспечения ЭБ детей не теряет своей актуальности.

Цель исследования: изучить эффективность выделенных психолого-педагогических условий, необходимых для обеспечения эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в группе детского сада.

Объект исследования: эмоциональная сфера детей среднего дошкольного возраста.

Предмет исследования: влияние выделенных психолого-педагогических условий на эмоциональное благополучие детей среднего дошкольного возраста в группе детского сада.

Задачи исследования.

1. Проанализировать научную литературу по проблематике эмоционального благополучия детей.
2. Раскрыть возрастные особенности эмоционального развития детей среднего дошкольного возраста.
3. Рассмотреть факторы, влияющие на эмоциональное благополучие детей среднего дошкольного возраста в группе ДОО.
4. Провести диагностику эмоционального состояния детей среднего дошкольного возраста в течении пребывания ребенка в ДОО.
5. Разработать и реализовать психолого-педагогические условия по обеспечению эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях ДОО.

Гипотеза исследования: предполагается, что деятельность педагога по обеспечению эмоционального благополучия детей будет эффективной при реализации следующих психолого-педагогических условий.

1. Организация педагогом работы по развитию самостоятельной игровой деятельности детей.
2. Организация педагогом работы по развитию самостоятельных форм общения и взаимодействия детей на основе развития коммуникативных умений.
3. Организация педагогом работы по снижению эмоционального напряжения детей.

Методы исследования.

1. Теоретические — анализ, сравнение, обобщение психолого-педагогической литературы.
2. Эмпирические — психологическая диагностика, тестирование по проективным тестам «Паровозик» Велиева С.В., «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю.

Практическая значимость работы заключается в возможности применения разработанных психологических рекомендаций воспитателями в деятельности ДОО с целью обеспечения ЭБ у детей среднего дошкольного возраста, так как эмоциональная сфера является важнейшим показателем общего состояния и благополучия ребенка.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Понятия «эмоциональное состояние», «эмоциональное благополучие» и его компоненты

Многие ученые занимались вопросом эмоционального благополучия, в том числе: Л.И. Божович, А.В. Запорожец, В. С. Мухина, Г.Г. Филиппова и др. Ученые связывают необходимость создания особых педагогических условий в дошкольном возрасте с новым толчком в межличностных отношениях детей, возникновением новых аспектов личности, таких как сознательное подчинение желаниям [35]. В исследованиях Н.Ю. Сергеевой [32] ЭБ интерпретируется как положительно окрашенное эмоциональное самочувствие ребенка в условиях определенной социальной среды (семья, детский сад и др.), характеризующееся ощущением защищенности, принятия, доверия, нужности, возникающим на основе удовлетворения его фундаментальных потребностей в безопасности, в любви и принадлежности, в уважении, потребности в самовыражении, общении. Похожее определение дает М.И. Лисина и определяет эмоциональное благополучие как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных [23]. В свою очередь А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда [21], И.Ю. Ильина [17], рассматривают эмоциональное благополучие как устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой отношения ребенка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную, эмоционально-волевою сферу, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками.

В данной работе мы выбрали понятие Го К., и Шебеко В.Н. [6], в котором эмоциональное благополучие представляет собой многомерное

явление, которое определяет эмоциональное самочувствие ребенка, является показателем успешности его эмоциональной регуляции и неразрывно связано с его психологическим здоровьем.

В то же время есть мнение, что соотносимо с понятием эмоциональное благополучие является также понятие эмоциональное состояние — особое состояние сознания, состояние субъективного эмоционального комфорта — дискомфорта, интегральное ощущение благополучия — неблагополучия в тех или иных подсистемах организма или всего организма в целом [20].

Эмоциональное состояние человека, согласно А.Д. Кошелевой, можно сопоставить с «настроением», ведь последнее предполагает осознаваемость психических состояний, преобладающих в определенный момент времени у индивида, причем такой эмоциональный фон может быть положительным или отрицательным в разной степени [20]. Эмоциональное состояние схоже по своему содержанию с понятием «эмоциональное самочувствие». Так же, как и эмоциональное состояние, оно представляет собой определенное переживание человеком эмоционального комфорта или дискомфорта как реакция на значимые аспекты его жизни.

Исследователи полагают (О.И. Бадулина), что эмоциональное самочувствие (или эмоциональное состояние) ребенка находит отражение во внешнем проявлении — мимике, жестах и т. п. Так, при преобладании положительно окрашенного эмоционального состояния ребенок будет в приподнятом расположении, улыбаться, его жесты будут расслабленными, открытыми, он будет проявлять заинтересованность к коммуникации, играм и деятельности. При преобладании отрицательного самочувствия (отрицательного эмоционального состояния), напротив, ребенок будет характеризоваться подавленным настроением, в мимике будет преобладать грустное выражение, может проявляться растерянность в общении и деятельности [3].

Важным в изучении эмоционального состояния и эмоционального благополучия считаем то, что, с одной стороны семейные отношения и

социальная среда оказывают прямое воздействие на эмоциональное состояние ребенка, а с другой, его состояние влияет на опять же на внутрисемейные отношения, на развитие его познавательной сферы, особенности поведения в той или иной ситуации, на особенности построения взаимоотношений со сверстниками и окружающими взрослыми, на структуру эмоционально-волевой сферы и др.

Эмоциональное неблагополучие, как и ЭБ, также является частью эмоционального состояния детей, которое можно охарактеризовать следующими признаками [38]:

- взаимодействуя с внешним миром, ребенок проявляет нестабильные и неадекватные эмоциональные реакции;
- большинство детей испытывают негативные эмоции, такие как тревожность и страхи, которые выходят за пределы обычных для их возраста;
- в преобладание заниженной самооценки.

Отрицательные эмоции, несомненно, могут напрямую усилить чувство тревожности и агрессии, из-за чего дети не могут фокусироваться на задачах, взаимодействии с людьми, что приводит к развитию неуверенности у дошкольников.

Г.Г. Филиппова в своем исследовании выделяет несколько компонентов ЭБ [35], которые играют важную роль в жизни человека:

- ощущение радости (или неудовольствия) как главный фактор настроения;
- чувство комфорта, связанное с отсутствием угрозы и физического дискомфорта, создает атмосферу уюта;
- комфорт при общении с другими людьми и в различных жизненных ситуациях, где необходимо взаимодействовать;
- испытание радости (горечи) при достижении (недостижении) поставленных целей;
- беспокойство за то, как другие оценят успехи и достижения ребенка.

Согласно И.В. Фаустовой [34], ЭБ ребенка можно изучать, ориентируясь на различные внутренние проявления, которые можно представить следующими элементами:

- преобладание у человека благоприятного настроения;
- признаки стресса либо отсутствуют, либо проявляются в минимальной степени;
- уровень страхов и тревожности, соответствующий нормам;
- адекватная самооценка у ребенка;
- способность сопереживать другим людям.

В заключение, можно утверждать, что ЭБ достигается за счет таких элементарных, на первый взгляд, вещей как удовлетворение его потребностей в питании, комфорте, общении и других важных аспектов жизни. Обеспечение ЭБ детей является одной из главных задач современного дошкольного образования, так как это способствует не только гармоничному развитию личности ребенка, но и его успешной адаптации в обществе. Обеспечение эмоционального благополучия важность формирования психологической устойчивости, адаптивности и успешного взаимодействия с окружающим миром у детей в дошкольном возрасте неоспорима.

1.2. Критерии эмоционального благополучия

Группа исследователей предпринимает целенаправленные усилия для выработки определенных критериев эмоционального благополучия. Среди них выделяются: преобладание позитивных эмоций, стабильное эмоциональное состояние, позитивное отношение к себе, готовность к сотрудничеству с окружающими. Также отмечается важность способности осознавать собственные эмоции и успешно управлять ими, умение эмпатии и понимания чувств других людей.

В статье Е.И. Изотовой и Е.В. Никифоровой [16] описаны основные параметры ЭБ у дошкольников, такие как: чувства и эмоции, жизненный опыт, накопленный ребенком; наличие эмоционального стресса; уровень понимания чувств и эмоций; эмоциональная сторона личности ребенка; его уникальный эмоциональный подход; мимическая выразительность.

Согласно проведенному исследованию [3], хорошее настроение, улыбка и жесты являются признаками открытости ребенка, его расслабленности и желания общаться и играть со сверстниками.

Изучая эту проблему, ученые выделяют признаки и показатели эмоционального дисбаланса. Например, согласно исследованию И.В. Фаустовой [34], эмоциональное неблагополучие у детей дошкольного возраста проявляется различными способами, которые могут быть определены определенными критериями:

- изменения в эмоциональной реакции (постоянные скачки настроения, доминирование переменного эмоционального состояния);
- недостаточное соответствие между формой и интенсивностью эмоциональных проявлений в определенной ситуации;
- частое проявление негативных эмоций (выраженный страх, грусть, гнев, преобладание пессимистического настроения);
- проявление психоэмоциональных расстройств (увеличенная тревожность, фобии);

— превалирование недооценки собственных возможностей (нехватка уверенности в себе, повышенная чувствительность, восприимчивость, склонность к самокритике).

Ю.М. Миланич [27] определяют три категории характеристик эмоциональных проблем.

1. Резкие эмоциональные реакции, характеризующиеся определенными эмоциональными конфликтами для ребенка: агрессивные, истерические, протестные проявления, а также страх и излишняя обида.

2. Интенсивные эмоции, которые длительное время сохраняются, являются негативными переживаниями, выходящими за рамки конкретной ситуации: угрюмость, беспокойство, подавленное настроение, страх, застенчивость.

3. Нарушение баланса эмоциональных состояний: нестабильность и неуправляемый поток эмоций (резкие скачки от положительных к отрицательным и обратно).

Наиболее оптимально структура эмоционального благополучия представлена в работе Го К., и Шебеко В.Н. [6], где авторы выделяют: осознание человеком переживаемых им эмоций и возможность эффективно регулировать любые из своих эмоциональных проявлений.

1.3. Возрастные особенности эмоциональной сферы детей среднего дошкольного возраста

На этапе психического развития детей происходит перестройка, в процессе которой формируется широкий спектр навыков, необходимых для нормального развития и адаптации. Особый интерес представляют изменения, происходящие в сфере эмоций у детей 4-5 лет, так как эмоции играют важную роль в жизни ребенка.

Во время дошкольного периода можно описать эмоциональное состояние ребенка следующим образом [13]:

- более умиротворенное восприятие событий (по сравнению с ранним детским возрастом);
- дети среднего дошкольного возраста легче контролируют свои эмоции, что положительно сказывается как на них самих, так и на людях вокруг.
- в среднем дошкольном возрасте эмоции и их выражение зависят больше от ожиданий ребенка, чем от возникающих мотивов.
- снижается уровень страха, что способствует более активному изучению окружающей среды;
- дети в возрасте среднего дошкольного возраста могут анализировать свои поступки и чувства, а также поведение и эмоции людей вокруг них.

В период среднего дошкольного возраста у ребенка формируется широкий спектр эмоций. Важное влияние на его чувства и переживания оказывает обстановка, в которой он находится. Новые умения и интересы также способствуют расширению эмоционального спектра у ребенка. В данном возрасте эмоции становятся более сложными и разнообразными. К радости и страху добавляются новые чувства, такие как грусть, нежность, сострадание, удовольствие, гнев, застенчивость и другие. Дошкольники учатся выражать свои чувства с помощью жестов и изменения тонов голоса.

Дети среднего дошкольного возраста начинают выражать свои эмоции более адекватно, что приводит к уменьшению аффективных вспышек и редкости конфликтов из-за мелочей. В этот период дети учатся контролировать свои эмоции, что в дальнейшем поможет им установить стабильное эмоциональное состояние. Это играет важную роль в развитии личности ребенка в психосоциальном плане. Эмоциональные процессы у дошкольников становятся более уравновешенными в сравнении с ранним возрастом, но при этом сохраняется интенсивность и насыщенность.

В этом возрасте происходит изменение мотивации ребенка, когда желания и мысли сходятся воедино. Эмоции, которые связаны с представлением, предшествуют действиям ребенка. А. Данилина [7] исследовала и описала такой интересный механизм как эмоциональное предвосхищение, смысл которого заключается в том, что перед началом какого-то действия ребенка проявляется эмоциональный образ, который отражает ожидаемый результат и оценку со стороны родителей и других важных взрослых. Желания, связанные с эмоциональным воображением, оказываются более эффективными, чем сознательные. Этот механизм лежит в основе эмоциональной регуляции ребенка. В период среднего дошкольного возраста происходит изменение структуры эмоциональных процессов, добавляются более сложные формы восприятия, образное мышление и воображение. Ребенок способен выражать свои эмоции и чувства не только в реакции на текущее событие, но и в предвкушении будущих событий, что делает его переживания более глубокими.

Дети в этом возрасте также активно общаются с другими детьми, обмениваются игрушками, участвуют в совместных играх и деятельности. Развитие мышления у ребенка и его интерес к окружающему миру увеличиваются с возрастом. Л.И. Божович [4] говорит о том, что дети среднего дошкольного возраста стремятся к познавательному, интеллектуальному общению со взрослыми и активность во многом зависит от того, как они себя ведут. Из слов А.Г. Хрипковой [38] становится ясно, что

радость родителей за успехи детей и наоборот, совместное переживание неудач, положительно сказывается на их эмоциональном состоянии. При наличии поддержки и понимания, детям намного легче переносить неудачи. Также положительное отношение взрослых к детям способствует развитию у них социальных навыков. Но если дошкольникам не уделяют достаточного внимания и проявляют безразличие, это негативно сказывается на их социальной активности, это выражается в том, что дети становятся замкнутыми, застенчивыми и неуверенными.

Желательно создавать особую атмосферу общения, где преобладают положительные эмоции, а негативные реакции выражаются в виде конструктивной критики за серьезные нарушения. Дети дошкольного возраста обычно очень энергичны, что способствует развитию их самостоятельности в различных областях жизни. Недостаток физической активности может привести к излишнему возбуждению у детей, что отражается на их непослушности и капризном поведении.

У ребенка 4-5 лет интерес к игре резко возрастает из-за того, что он начинает погружаться в основные аспекты взрослой жизни. Согласно исследованию М.В. Ермолаевой [12], в этом возрасте дошкольники часто участвуют в играх, где они играют определенные роли и взаимодействуют друг с другом (сюжетно-ролевая игра). Эта активность имеет значительное влияние на их эмоциональное и психическое развитие. Особенностью таких игр является возможность детей моделировать отношения и взаимодействия между собой. Воспитанники в группе детского сада часто испытывают возбуждение, и в такие моменты игра с яркими эмоциями может помочь им расслабиться. Переключение внимания перевозбужденного ребенка на спокойное занятие поможет ему восстановить силы и успокоиться. Развивая эмоциональную сферу, формируются представления, которые отражают эмоции и делают деятельность ребенка более насыщенной. Для поддержания интереса к занятиям, они должны быть эмоционально насыщенными, так как дети занимаются только тем, что действительно интересно им.

Изучение работ ряда отечественных и зарубежных авторов [5; 15] (Л.С. Выготский, К. Изард и другие) позволяют выявить особенности эмоционального развития детей дошкольного возраста.

1. Отсутствие развития позитивных базально-социальных эмоций может быть вызвано недостаточным участием семьи в процессе адаптации ребенка к окружающей среде, ограниченным общением и поддержкой со стороны родителей, использованием искусственного вскармливания, а также игнорированием сигналов плача и крика со стороны ребенка.

2. Причиной излишне высокой скорости реагирования детей может быть недостаточное внимание к их активности и бодрствованию, раннее начало самостоятельной деятельности, недостаточно развитая игровая активность, а также воздействие психогенных факторов со стороны семьи и других взрослых на ребенка.

3. Опоздавшее развитие процессов мышления, восприятия и воображения может быть вызвано избытком информации, недостаточной ясностью и практической деятельностью, ограниченными способностями адаптации и исследования окружающего мира, а также ограничениями в сюжетно-отобразительной деятельности.

4. Невозможность оценить, насколько эффективным является поведение детей дошкольного возраста, может быть связана с недостатком игрового контента, отсутствием театрализованных мероприятий и несистемным подходом к игровой деятельности в целом.

Из всего вышесказанного становится понятно, что педагогам необходимо опираться на возрастные особенности дошкольников. Это способствует благоприятному развитию эмоциональной сферы детей, а также обеспечивает ЭБ. Немало важно создавать все необходимые условия и среду для благоприятного развития коммуникативных навыков, для совершенствования умения считывать эмоции окружающих и понимать свои, а также опираясь на ведущий вид деятельности организовывать любую деятельность детей.

1.4. Факторы, влияющие на эмоциональное благополучие детей в условиях ДОО

Такие исследователи как О.Л. Холодова и Л.В. Логинова [37] провели классификацию и выделили две крупные группы факторов, которые оказывают различное влияние на эмоциональное состояние детей:

- аспекты, оказывающие влияние на ЭБ дошкольников в семейной обстановке;
- аспекты эмоционального благополучия дошкольников в группах образовательных организаций.

Согласно исследованию О.Б. Дутчиной [11], существуют различные факторы, которые оказывают влияние на ЭБ детей:

- уровень здоровья малыша во время пребывания в детском саду;
- особенности взаимодействия детей с взрослыми (воспитателями, помощниками, и другими специалистами) в детском учреждении;
- работа педагога, направленная на улучшение эмоционального благополучия.
- характеристики взаимодействия малыша с остальными детьми в коллективе;
- общий уклад жизни в детском саду.

Иногда воспитателю бывает сложно определить причины негативных эмоций у детей, но здоровье часто является наиболее очевидным фактором. Если ребенок не проявляет интерес к активностям, ведет себя раздражительно или грустно, возможно, дело не во внешних обстоятельствах, а в его внутреннем состоянии здоровья.

Взаимодействие педагога с каждым ребенком в группе детского сада направлено на развитие его когнитивных способностей, а также на поддержание ЭБ детей, создание условий для индивидуального развития детей, включая уважение к их чувствам, адекватную работу с эмоциями, учет потребностей и интересов, поддержку полного самовыражения и

установление доверительных, позитивных отношений. И, несомненно, важно уважительное отношение к каждому ребенку и вовлечение всех специалистов в реализацию данных принципов

В процессе взаимодействия с детьми ставятся перед собой следующие цели: способствовать развитию навыков эмпатии и самоанализа, а также содействовать формированию социальных умений и эмоционального интеллекта, необходимые навыки для успешного общения с детьми различных возрастов и взрослыми; обучать детей контролировать свое поведение и общение на эмоциональном уровне; помочь в освоении навыков адекватной реакции на различные жизненные ситуации и управлении своими эмоциями.

Один из ключевых аспектов развития ребенка — это взаимодействие с другими детьми. Очень важно осознавать роль сверстников и то, как педагог организывает их взаимодействие в рамках образовательной среды. Действия должны быть направлены на поощрение конструктивного общения и укрепление взаимопонимания в дружеском кругу, создание пространственной среды, способствующий всестороннему развитию детей. Для полноценного обеспечения развития детской деятельности и его личности, можно обратить внимание на принцип эмоциогенности — гарантирование удобства, психологической поддержки и уверенности в окружающем мире, радости бытия (психологическое здоровье) и эмоционального удовлетворения. Важно, чтобы окружающая среда была привлекательной для ребенка и вызывала у него положительные чувства.

Для обеспечения ЭБ детей важно создавать эмоционально безопасную обстановку, где они могут свободно выражать свои чувства и эмоции, получать поддержку и понимание от взрослых. Создание благоприятной эмоциональной атмосферы в дошкольном возрасте способствует не только психологическому здоровью детей, но и развитию их социальных навыков, адаптивности и успеху в общении с окружающими.

Специалисты выделяют следующие факторы, которые оказывают влияние на детей в семейной среде [37].

Первый фактор—это особенности личности у родителей. Близкие, испытывающие повышенную тревожность, могут передать свою неуверенность и недоверие к окружающему миру своему ребенку. ЭБ детей повышается за счет жизнестойкости близких, которая позволяет гибко подходить к решению затруднений.

Второй фактор—это тип привязанности. В самом раннем возрасте качество отношений со взрослыми, включая эмоциональную близость, играет ключевую роль не только в защите, но и как потенциальный риск для будущего психического развития ребенка. Ссылаясь на исследование М.В. Моисеевой [29], видно, что дети с надежной привязанностью к матери проявляют большее доверие к окружающим людям, чем дети с неустойчивым типом привязанности. У детей с надежной привязанностью также наблюдается повышенная самооценка и лучшая способность к самозащите.

Третий фактор—это социальные условия, в которых развиваются дети дошкольного возраста, включая образ жизни в семье и выражение эмоций со стороны родителей, которые имеют важное значение. Ученые отмечают, что радость, которую приносит повседневная жизнь, играет ключевую роль в обеспечении ЭБ как для родителей, так и для всей семьи.

Согласно А.В. Локтионовой [24], противоречивые ожидания родителей к детям могут негативно сказываться на их эмоциональном состоянии. Родители хотят, чтобы их дети были самостоятельными и дают им некую свободу, однако они также ожидают послушания и подчинения, ограничивая их действия. Дети, из-за своего возраста, не всегда могут справиться с этими противоречиями, что может привести к потере чувства эмоциональной безопасности. В то же время, спонтанные, забавные, гибкие и творческие действия родителей в общении с ребенком могут положительно сказываться

на их ЭБ, улучшая регуляцию эмоций и укрепляя близкие отношения между ними [25].

Выводы по главе 1

Первые годы детства — это период, когда начинает формироваться индивидуальность малыша. В этот жизненный этап происходит интенсивное развитие умственных процессов, ребенок активно участвует в разнообразных видах деятельности. Помимо умственного развития, большое значение придается развитию позитивной эмоциональной сферы, которая является одним из ключевых факторов в формировании личности ребенка и осознании им самого себя.

Проанализировав научную литературу, мы пришли к выводу, что эмоциональное благополучие интерпретируется как многомерное явление, которое определяет эмоциональное самочувствие ребенка, является показателем успешности его эмоциональной регуляции и неразрывно связано с его психологическим здоровьем [6].

Оно представлено следующими компонентами [6].

1. Осознание человеком переживаемых им эмоций.
2. Возможность эффективно регулировать любые из своих эмоциональных проявлений.

На основе изучения литературы были выявлены факторы, влияющие на эмоциональное благополучие детей в условиях дошкольной образовательной организации.

1. Деятельность педагога, направленная на развитие благополучной эмоциональной сферы.
2. Эмоциональная обстановка, общий уклад жизни в детском саду.
3. Состояние здоровья ребенка в период посещения им детского сада.
4. Особенности взаимодействия ребенка со взрослыми (воспитателями, помощником воспитателя, другими специалистами, работают с детьми).

5. Особенности взаимодействия ребенка с детьми группы, которую он посещает.

Психолого-педагогические условия, обеспечивающие эмоциональное благополучие детей в ДОО, играют важную роль в процессе воспитания, обучения и удобного пребывания детей в коллективе. Эти условия должен соблюдать педагог в отношении детей, поскольку на данном этапе их развития он выступает в качестве основного авторитета и образца для подражания. Педагог является для детей гидом в мир взрослых, ведь только он может научить их правильно управлять своими чувствами, проявлять любовь и уважение к окружающим, знать нормы, правила и ценности общества.

ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

2.1. Организация и методы исследования

В ходе данной работы было проведено эмпирическое исследование, цель которого — изучение особенностей эмоционального состояния детей среднего дошкольного возраста в группе ДОО.

Объект исследования: эмоциональная сфера детей среднего дошкольного возраста.

Предмет исследования: особенности эмоционального состояния детей 4-5 лет в ДОО.

Задачи диагностического этапа исследования.

1. Провести диагностику эмоционального состояния детей среднего дошкольного возраста в течении дня пребывания ребенка в ДОО.
2. Проанализировать результаты диагностики.

Методы исследования.

1. Методика «Паровозик» Велиева С.В. [8].

Цель методики — определение особенностей эмоционального состояния ребёнка.

Оборудование: белый паровозик и 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный) (См. Приложение А).

Процедура проведения.

Вагончики беспорядочно размещаются на белом фоне и ребёнку даётся инструкция:

«Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д.». Необходимо, чтобы ребенок удерживал

все вагончики в поле зрения. Чем младше ребенок, тем чаще повторяется инструкция, одновременно обводятся рукой оставшиеся вагончики.

Ребенок последовательно собирает вагончики. Далее, в соответствии с условиями методики, последовательная позиция цвета вагончиков переводится в баллы. Полное содержание методики представлено в Приложении А.

Обработка результатов (См. Приложение Б)

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается:

- менее 3-х, то эмоциональное состояние оценивается как позитивное;
- 4-6 баллах — как негативное эмоциональное состояние низкой степени;
- при 7 – 9 баллах — как негативное эмоциональное состояние (НЭС) средней степени;
- больше 9 баллов — НЭС высокой степени.

2. Методика «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю. [26].

Цель: определение эмоционального отношения детей к режимным моментам в группе детского сада.

«Тест на эмоциональное благополучие» позволил оценить эмоциональное благополучие детей в определенные режимные моменты пребывания в ДОО. Данная методика позволила выявить те режимные ситуации, которые вызывают эмоциональный дискомфорт у детей в целом по группе, а также оценить их индивидуальное эмоциональное благополучие.

Для проведения теста нужны лист бумаги и 8 цветных карандашей (черный, коричневый, красный, синий, зеленый, желтый, оранжевый, фиолетовый).

Детям дают готовые карточки с нарисованными 5 кружками. Вопросы, которые задают детям.

1. Закрась первый кружок таким цветом, какого цвета настроение, когда идешь в детский сад.
2. Закрась второй кружок таким цветом, какого цвета настроение, когда у вас проходит занятие.
3. Закрась третий кружок таким цветом, какого цвета настроение, когда играешь.
4. Закрасить пятый кружок таким цветом, какого цвета настроение, когда вы выходите на прогулку.
5. Закрась четвертый кружок таким цветом, какого цвета настроение, когда уходишь домой.

В описании методики представлена связь определенного цвета с особенностями эмоционального состояния.

Обозначение цветов (согласно условиям методики).

- красный — возбужденное, восторженное настроение;
- оранжевый — радостное, приятное настроение;
- желтый — теплое, доброжелательное настроение;
- зеленый — спокойное настроение;
- синий — грустное, неудовлетворительное настроение;
- фиолетовый, коричневый — тревожное настроение;
- черный — печаль, уныние.

Анализ результатов: последние три цвета — эмоциональное неблагополучие, а зеленый цвет – нейтральное эмоциональное состояние.

Методы обработки результатов: качественные и количественные методы анализа данных.

Фиксация результатов: таблицы, диаграммы.

Исследование проводилось на базе Муниципального бюджетного образовательного учреждения г. Красноярска. Принимали участие 17 детей в возрасте от 4 до 5 лет.

2.2. Результаты изучения эмоциональных состояний детей в условиях ДОО

Инструментарий был подобран с учетом психологических особенностей детей дошкольного возраста. Методики проводились в индивидуальной форме, в знакомом для детей помещении, что снижало фактор тревожности у воспитанников.

Посредством методики «Паровозик» определяли особенности целостного эмоционального состояния детей в группе. Для этого детям предлагалось построить паровозик из 8 цветных вагончиков и последовательность цветов выводилась в баллы, благодаря чему мы получили следующие результаты, которые представлены на рисунке 1.

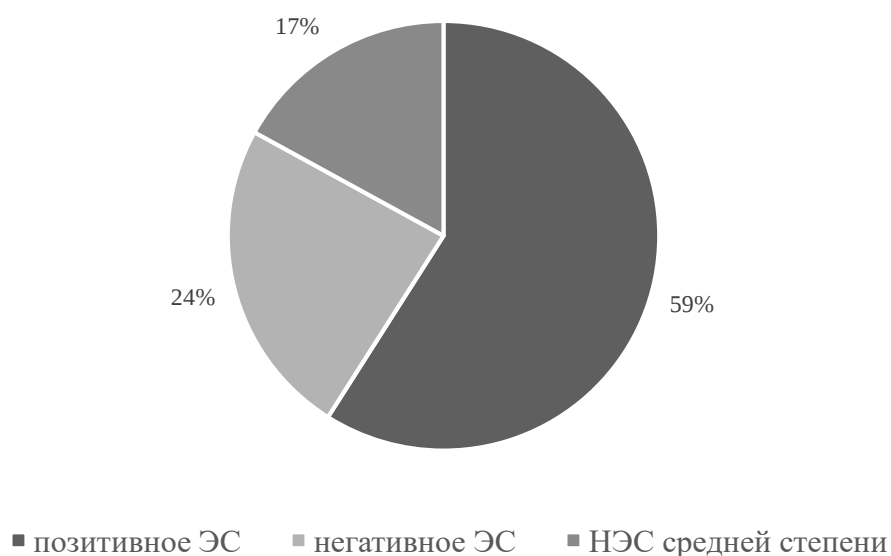


Рисунок 1. Распределение детей среднего дошкольного возраста по результатам изучения эмоционального состояния по методике «Паровозик»

Результаты диагностики эмоционального состояния детей показывают, что почти половина дошкольников 59% (10 детей) находится в позитивном эмоциональном состоянии, 24% (4 ребенка) — в негативном и 17% (3 ребенка) в негативном эмоциональном состоянии средней степени. Это

указывает на необходимость проведения дополнительной работы с детьми, направленной на коррекцию негативного эмоционального состояния.

Методика «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю. [26] была направлена на определение эмоционального отношения детей к режимным моментам в группе детского сада. Для этого дошкольникам был дан лист с 5 кружочками и 8 цветных карандашей (черный, коричневый, красный, синий, зеленый, желтый, оранжевый, фиолетовый). Они закрашивали кружки, отвечая тем самым на заготовленные вопросы. Вопросы, которые задавались детям соответствовали определенным режимным моментам пребывания детей в ДОО. На основе условий методики и раскрашивания кружков каждого ребенка относили к определенной группе. В первую группу вошли дети, которые обнаружили негативные эмоциональные состояния; во вторую группу — дети, которые обнаружили позитивные эмоциональные состояния и в третью группу — дети, которые обнаружили нейтральные эмоциональные состояния по каждому вопросу. Обобщенные результаты изучения эмоционального благополучия детей в различные моменты пребывания в ДОО представлены в таблице 1.

Таблица 1

Распределение детей 4-5 лет по преобладающему эмоциональному состоянию во время режимных ситуаций в группе ДОО

Режимные моменты	Количество детей (%)		
	Количество детей, которые обнаружили негативные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили позитивные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили нейтральные эмоциональные состояния (%)
Приход в детский сад	35	59	6
Занятия	24	35	41

Режимные моменты	Количество детей (%)		
	Количество детей, которые обнаружили негативные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили позитивные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили нейтральные эмоциональные состояния (%)
Прогулка	47	35	18
Игра	47	41	12
Уход домой	35	41	24

По результатам исследования обращает на себя внимание высокая доля детей с признаками эмоционального неблагополучия в таких режимных моментах, как: игровая деятельность (47% детей) и прогулка (47% детей). Факт того, что дети испытывают отрицательные эмоции при расставании с родителями (35% детей) имеет явные причины и в тоже время можно увидеть то, что дошкольники (59% детей) проявляют положительное эмоциональное состояние при приходе в детский сад. Данный факт может говорить о привлекательности пребывания детей в группе.

Негативные переживания детей в свободное от режимных моментов время могут иметь несколько причин. Игра ассоциируется детьми со свободным времяпровождением и здесь просматривается, что дошкольники не могут самостоятельно организовать свою деятельность. Это может быть связано со слабыми игровыми и коммуникативными навыками детей или с тем, что педагог не уделяет должного внимания организации свободной деятельности, и, в частности, игровой. Также можно сказать и о деятельности, организуемой на прогулке. Самая большая доля детей с эмоционально нейтральным состоянием приходится на такой режимный момент как занятия.

В целом, результаты говорят о том, что есть необходимость усилить работу педагогов в русле обеспечения благоприятного пребывания детей в

группе ДОО. В большей степени это касается организации свободной деятельности детей.

2.3. Реализация психолого-педагогических условий по обеспечению эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях ДОО

Согласно полученным в процессе диагностики результатам была выявлена целесообразность проведения педагогических мероприятий в рамках детского сада по обеспечению эмоционального благополучия. Очевидно, что определенную помощь педагогам могут оказать методические рекомендации, которые помогут оптимизировать эмоциональное состояние детей и принять профилактические меры по предупреждению эмоционального неблагополучия.

По результатам исследования обращает на себя внимание высокая доля детей с признаками эмоционального неблагополучия в таких режимным моментах, как: игровая деятельность (47% детей) и прогулка (47% детей). Очевидно, что в ситуациях, когда дети предоставлены сами себе, они не могут организовать свою деятельность, не могут продуктивно взаимодействовать со сверстниками, что порождает состояние эмоционального неблагополучия. По нашему предположению, неумение организовывать свою деятельность самостоятельно в свободное время связано с недостаточно развитыми игровыми и коммуникативными навыками, следовательно, дошкольники нуждаются в помощи от педагогов в организации игры в свободное время в рамках ДОО.

Отсюда возникает необходимость разработать и реализовать психолого-педагогические условия по обеспечению эмоционального благополучия детей. Изучение теоретических источников, а также анализ полученных данных показывает, что в качестве значимых условий следует рассматривать.

1. Организация педагогом работы по развитию самостоятельной игровой деятельности детей.

2. Организация педагогом работы по развитию самостоятельных форм общения и взаимодействия детей на основе развития коммуникативных умений.

3. Организация педагогом работы по снижению эмоционального напряжения детей.

Развивающая деятельность педагогов ДОО будет эффективной, если будет проведена работа по:

- формированию игровых и коммуникативных навыков дошкольников;

- развитию умений взаимодействия в коллективе, формированию навыков сотрудничества;

- обучению самостоятельно взаимодействовать и организовывать свою деятельность; снижению страха и тревожности дошкольников.

Так, в условиях ДОО можно проводить специальные занятия, включающие упражнения, задания, игры, направленные на:

- развитие игровых умений;

- развитие коммуникативных навыков, умения работать и сотрудничать в коллективе;

- снятие эмоционального напряжения, коррекции тревожности и страхов.

План-схема работы по обеспечению эмоционального благополучия детей представлено в таблице 3.

Включенные в комплекс игры и игровые упражнения были заимствованы в следующих источниках.

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду, 2003.

2. Праведникова И.И. Нейропсихология. Игры и упражнения, 2021.

3. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми, 1999.

4. Иванова В.А., Чулкова Н.А. Изучение тревожности детей дошкольного возраста на примере воспитанников МДОУ ЦРР – Д/С № 45 «Жаворонок» РС (Я), 2015.

5. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей, 1997.

6. Тренинг по сказкотерапии /под ред. Т.Д, Зинкевич-Евстигнеевой, 2000.

7. Чистякова М.И. Психогимнастика, 1990.

8. Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры, 2002.

9. Шипицына Л.М., Заширинская О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками, 2000.

10. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику, 2002.

В представленной разработке можно условно выделить 3 этапа. Первый этап направлен на снятие эмоционального напряжения детей, которое создает общий фон к достижению эмоционального благополучия. Второй этап направлен на развитие коммуникативных умений, которые оформляют игровую деятельность и самостоятельное взаимодействие детей.

Третий этап — направлен на стимуляцию развития игровых умений и стимуляции игровой деятельности детей, которая выступает как ведущий вид деятельности. Игровая деятельность объединяет детей, доставляет удовольствие и создает основу для эмоционального благополучия.

Таким образом, предполагается, что освоение коммуникативных и игровых умений позволит детям самостоятельно организовывать свою деятельность и взаимодействие в другими детьми. Тем самым, время, когда дети имеют время для самостоятельной деятельности и сотрудничества, может быть наполнено самостоятельно организованным содержательным взаимодействием в условиях ведущего вида деятельности.

**План-схема работы по обеспечению эмоционального благополучия
детей в группе ДОО**

Блоки	Номер занятия	Цели и задачи	Упражнения, задания, игры	Участники
Снятие эмоционального напряжения	1	— Создание благоприятной психологической атмосферы — Отработка негативных эмоций — Коррекция тревожности и страхов	Игра: «Давайте поздороваемся» «Росточек под солнцем», «Угадай по голосу» [14] Психогимнастика: «Радуга»	Групповая форма
	2	— Снятие мышечного напряжения — Развитие умения выражать собственные эмоции — Развитие умения понимать эмоции окружающих	Игра: «Зеркало»; Сказкотерапия: «Жил-был один мальчик» Психогимнастика: «Лепим» [2; 33]	Работа в парах, групповая деятельность
	3	— Активизация дошкольников — Снятие мышечного напряжения — Создание групповой сплочённости и положительного эмоционального фона — Преодоление застенчивости у детей с низким уровнем развития коммуникативных навыков	Игра: «На что похоже мое настроение» Арт-терапия: «Волшебный мел», «Автопортрет» Игра: «На что похоже мое настроение» Арт-терапия: «Волшебный мел» «Автопортрет» Психогимнастика: «Волшебный ковер» [2]	Групповая форма, индивидуальная форма

Продолжение таблицы 2

Блоки	Номер занятия	Цели и задачи	Упражнения, задания, игры	Участники
	4	— Создание положительного эмоционального фона — Преодоление застенчивости дошкольников	Игра: «Волшебный клубочек», «Охотники и утки», «Белки и орешки» Сказкотерапия: «Два брата» Психогимнастика: «Водопад» [31; 39]	Групповая форма
Развитие коммуникативных навыков, умения работать и сотрудничать в коллективе	5	— Развитие коммуникативной сферы дошкольников — Обучение взаимодействию в коллективе	Игра: «Кто кричит громче?» Психогимнастика: «Мир чувств» [40; 41]	Групповая форма, в микрогруппе
	6	— Развитие коммуникативной сферы дошкольников — Создание групповой сплоченности — Создание положительного эмоционального фона	Игра: «Волшебный клубочек» Сказкотерапия: «Сказка о Короле и его слугах – чувствах» Арт-терапия: «Волшебный мел» (для прогулки), «Волшебные краски» (для группы) [42]	Групповая форма
	7	— Развитие эмоциональной сферы — Развитие коммуникативной сферы	Игра: «Передай мяч», Найди пару» Психогимнастика: «Избавление от тревог»,	Групповая форма, в микрогруппе

Продолжение таблицы 2

Блоки	Номер занятия	Цели и задачи	Упражнения, задания, игры	Участники
		— Профилактика и снижение тревожности — Развитие умений играть по правилам	«Волшебный стул» «Воздушные шарики» [41; 42]	
	8	— Развитие доверия детей друг к другу — Развитие уверенности в себе; — Обучение конкретным способам преодоления своего эмоционального неблагополучия; — Формирование благоприятной эмоциональной атмосферы — Развитие навыков работы в команде	Игра: «Качели», «Паровозик с именем», «Кенгуру» Арт-терапия – «Мой любимый сказочный герой» [42]	Групповая форма, в микрогруппе
Развития игровых умений и стимуляции игровой деятельности детей	9	— Мышечное, психологическое расслабление — Развитие коммуникативных навыков — Формирование положительного опыта ребенка в творческой деятельности — Развитие игровых умений.	Игра: «Росточек под солнцем», «Прогулка в лесу» Арт-терапия: «Игра в рисунки» [9; 22]	Игры в микрогруппах, индивидуальная форма

Продолжение таблицы 2

Блоки	Номер занятия	Цели и задачи	Упражнения, задания, игры	Участники
	10	— Развитие игровых умений — Формирование эмоционального благополучия — Развитие эмоциональной сферы дошкольников	Игра: «Волшебники», «Сказочная шкатулка» Психогимнастика: «Доверие», «Корабль и ветер» [9; 22]	В микрогруппах со всеми детьми
	11	— Развитие игровых умений — Развитие эмоциональной сферы	Сказкотерапия — «Как Кенгуреныш стал самостоятельным» Психогимнастика: «Одуванчик», «Радуга» [31; 9]	Групповая форма
	12	— Развитие игровых умений — Снятие эмоционального напряжения — Развитие коммуникативных навыков — Развитие эмоциональной сферы дошкольников	Игра: «Неоконченные предложения», «Комплименты» Арт-терапия: Рисунок солнца с лучами (красками) Психогимнастика: «На солнышке» [2; 22].	В микрогруппах
	13	— Развитие коммуникативных навыков — Развитие положительного эмоционального фона — Преодоление застенчивости дошкольников	Игра: «Колобки», «Волшебный клубочек», «Звериные чувства» Музыкально-дидактическая игра: «Три цветка» [22]	В микрогруппах

Блоки	Номер занятия	Цели и задачи	Упражнения, задания, игры	Участники
		— Развитие игровых навыков — Развитие умения действовать по правилам		
	14	— Развитие коммуникативных навыков — Повышение самооценки дошкольников — Развитие самостоятельности, решительности, инициативности дошкольников	Игра: «Волшебный клубочек» Сказкотерапия – «Маленький котенок» Музыкально-дидактическая игра «Нарисуй мелодию» [33; 42]	Групповая форма
	15	— Развитие коммуникативных навыков — Развитие эмоциональной сферы	Игра: «Представь, что ты можешь», «Стройка» Сказкотерапия — «Случай в лесу» [33; 42]	Со всеми дошкольниками группы (групповая форма), в микрогруппах
	16	— Развитие коммуникативной сферы дошкольников — Коррекция тревожных состояний	Игра: «Фоторобот страха» Психогимнастика: «Дождик» [2]	В микрогруппах

Всего предполагается проведение 16 занятий, продолжительность каждого — 25-30 минут. Период реализации — 2 месяца, по 2 занятия в неделю.

Занятия характеризуются определенной структурой, отвечающей целям и задачам. Каждое занятие включает в себя 3 части.

1. Вводная часть. Установление эмоционального контакта воспитателя с дошкольниками и между детьми.

2. Основная часть. Включает различные игры, упражнения, задания, техники, направленные на отреагирование эмоций, снятие психоэмоционального напряжения, снижение тревожности у каждого участника занятий, а также повышение эмоционального благополучия по группе в целом. Основная часть начинается с игр, развивающих эмоциональную сферу средних дошкольников, обучающих вербальным и невербальным способам выражения собственных чувств и эмоций, обучающих понимать, какое настроение у ребенка в данный момент и как можно регулировать себя при этом. Помимо этого, игры способствуют пониманию эмоций другого человека, развивают эмпатию, коммуникативные навыки.

3. Заключительная часть. В завершающей части занятия детям предлагаются различные психологические техники, направленные на эмоциональное, мышечное расслабление, как следствие – повышение эмоционального благополучия. Данные техники включают упражнения по психогимнастике, арт-терапии, сказкотерапии, музыкально-дидактические игры.

Участвуя в таких играх, выполняя интересные задания, у ребенка постепенно формируется и совершенствуется умение контролировать собственное поведение, эмоции, речь, а также использовать полученный опыт в новых ситуациях. В связи с тем, что дошкольники, принимавшие участие в исследовании, нуждались в формировании эмоционального благополучия не только в процессе игр, но также и в ходе прогулок, рекомендуем проводить предложенные игры, упражнения, в частности упражнения по психогимнастике, во время прогулок.

Важным считаем то, что после обучения произвольному расслаблению дошкольник в дальнейшем сможет вовремя осознавать по собственным телесным ощущениям наличие напряжения и использовать релаксационные упражнения или их элементы с целью снятия этого напряжения.

Предполагаемые результаты:

- снижение эмоционального напряжения и тревожности;
- развитие игровых умений;
- развитие коммуникативных навыков, умения работать и сотрудничать в коллективе.

Кроме представленного комплекса мероприятий для педагогов были разработаны рекомендации по обеспечению эмоционального благополучия детей в ДОО.

По окончании формирующего этапа был проведен контрольный этап исследования.

2.4. Результаты контрольного изучения эмоциональных состояний детей в условиях ДОО

На данном этапе исследования было проведено повторное диагностирование детей среднего дошкольного возраста. Мониторинг проводился по тем же методикам, что и на констатирующем этапе: методика «Паровозик» Велиева С.В. [8], методика «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю. [26].

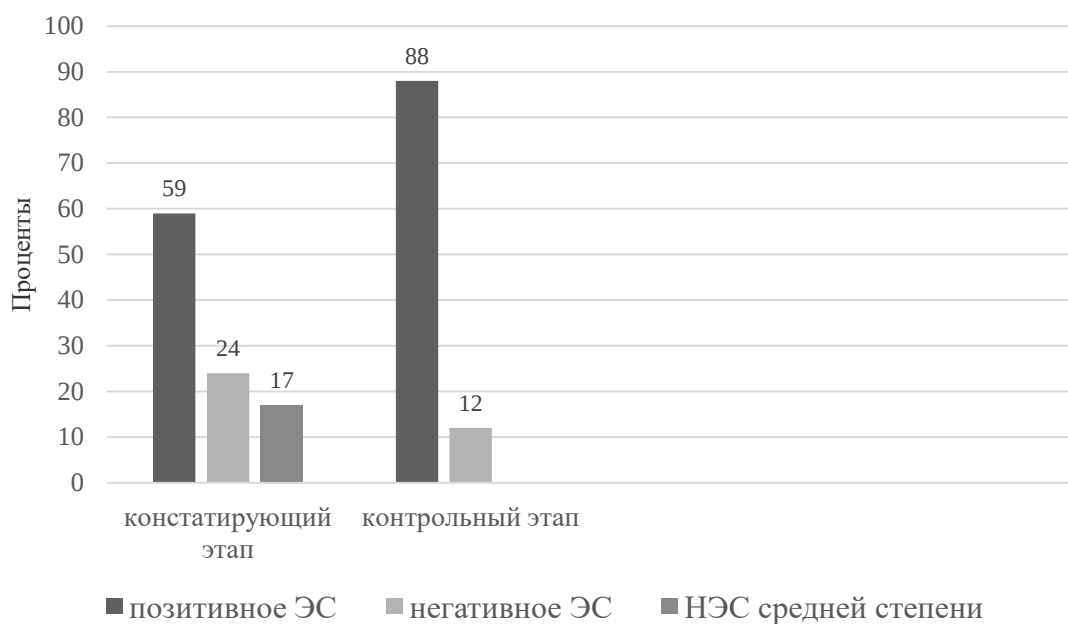


Рисунок 2. Распределение детей среднего дошкольного возраста по результатам изучения эмоционального состояния по методике «Паровозик» по результатам контрольного обследования

Представленные результаты диагностики (рисунок 2) показывают, что 88% дошкольников испытывают позитивное эмоциональное состояние, 12% - негативное. Это указывает на эффективность проведенной формирующей работы и улучшение эмоционального состояния детей.

Таблица 3

Распределение детей 4-5 лет по преобладающему эмоциональному состоянию во время режимных ситуаций в группе ДОО (по результатам контрольного обследования)

Режимные моменты	Количество детей (%)		
	Количество детей, которые обнаружили негативные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили позитивные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили нейтральные эмоциональные состояния (%)
Приход в детский сад	47	35	18

Режимные моменты	Количество детей (%)		
	Количество детей, которые обнаружили негативные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили позитивные эмоциональные состояния (%)	Количество детей, которые обнаружили нейтральные эмоциональные состояния (%)
Занятия	35	53	12
Прогулка	35	47	18
Игра	29	53	18
Уход домой	47	24	29

Данные констатирующего и контрольного этапов диагностики наглядно можно представить в виде диаграмм (Рисунок 3, Рисунок 4).

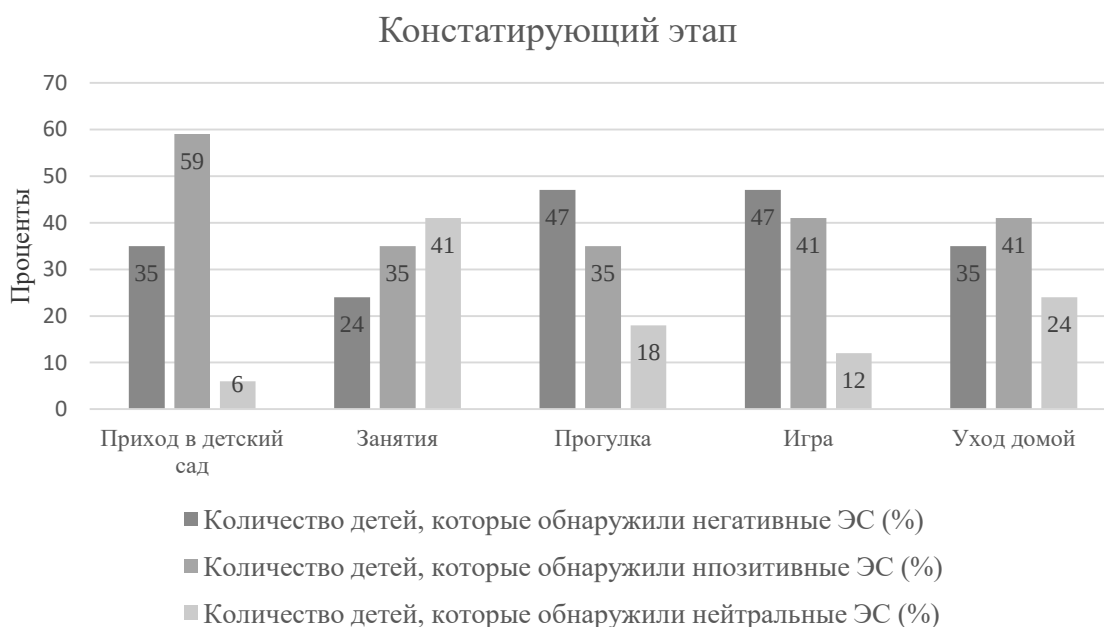


Рисунок 4. Распределение детей 4-5 лет по преобладающему эмоциональному состоянию во время режимных ситуаций в группе ДОО (по результатам констатирующего обследования)



Рисунок 4. Распределение детей 4-5 лет по преобладающему эмоциональному состоянию во время режимных ситуаций в группе ДОО (по результатам контрольного обследования)

По результатам исследования по методике «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю. [26] (Таблица 4) можно увидеть, что количество детей, находящихся в положительном эмоциональном состоянии в таких режимных моментах как прогулка (47%) и игровая деятельность (53%) увеличилось.

Поэтому можно сделать вывод, что реализованные психолого-педагогические условия, способствующие обеспечению эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста, оказались эффективными.

2.5. Психолого-педагогические рекомендации педагогам по обеспечению эмоционального благополучия детей

Разработанный комплекс мероприятий способствует обеспечению эмоционального благополучия дошкольников при соблюдении следующих условий: педагогу необходимо организовать благоприятную атмосферу доверительности среди дошкольников; дошкольники в равной степени должны быть активно включены в совместную игровую деятельность.

Эмоциональное благополучие — это не обособленная характеристика, оно связано с уровнем развития целого ряда других психологических особенностей. Для того чтобы сформировать эмоциональное благополучие дошкольников необходимо строить деятельность в ДОО таким образом, чтобы каждый ребенок как можно чаще был включен в активную деятельность, выполнял творческие упражнения, задания, развивающие воображение, был также включен в общение со сверстниками.

Далее представим психологические рекомендации для педагогов по организации взаимодействия с дошкольниками с целью оптимизации их эмоционального состояния.

1. Важно учитывать возможности каждого ребенка, не стоит требовать от него чего-либо заведомо невыполнимого. Если ребенок испытывает трудности, лучше оказать ему необходимую поддержку, помощь, хвалить за достижения, и при этом не выполнять действия за него. Часто помощью является простое присутствие рядом воспитателя.

2. Не стоит пытаться повысить работоспособность ребенка с эмоционально неблагоприятным фоном, постоянно описывая ему предстоящие трудности с негативной стороны.

3. Дошкольники, в силу возрастных особенностей, зачастую не могут отчетливо сообщить взрослым, какие именно тревожные ощущения они испытывают, вместо этого они привлекают внимание взрослых шумным поведением, непослушанием. Такое поведение влечет негативную реакцию

взрослых, в то время как ребенку в таких ситуациях нужны сочувствие и понимание. Частые хулиганские выходки ребенка – повод проанализировать возможное действие на него стрессоров.

4. Поведение эмоционально неблагополучного ребенка может выражаться в чрезмерной покорности, стремлении получить лишь одобрение от взрослого, заслужить похвалу. Такое стремление соглашаться со всеми и не спорить удобно для взрослого, однако для самого ребенка может быть даже опасным, ведь ребенок растет, а способ поведения сохраняется. В дальнейшем такому ребенку будет трудно в отстаивании своей позиции, есть риск беспрекословно выполнять чужие неблагоприятные поручения и т. д.

5. Эмоционально неблагополучному ребенку важно показывать положительный опыт, снимать остроту и уникальность тревожной для него ситуации. Многократное повторение вместе с ребенком действий с положительным результатом будет лестницей к формированию эмоционального благополучия.

6. В ситуации, когда педагог видит признаки эмоционально неблагоприятного состояния у ребенка, но получить ответ, что именно его беспокоит не получается, можно предложить ребенку игру, где с помощью персонажей (куклы, солдатики) будут обыграны различные ситуации, важно прислушиваться к сюжету, который предлагает сам ребенок.

7. Важно обучать детей, а также уметь самим расслабляться и адекватно выражать возникающие негативные эмоции. В этом могут помочь дыхательные упражнения, физическая активность, творчество, смена деятельности, решение математических примеров и задач и т. д.).

Таким образом, результаты исследования позволили:

- изучить особенности эмоционального благополучия детей в условиях ДОО,
- разработать специальную программу по обеспечению эмоционального благополучия детей дошкольного возраста,

– сформулировать психолого-педагогические рекомендации для педагогов с целью оптимизации эмоционального состояния у детей.

Выводы по главе 2

Поставленная цель изучения особенностей эмоционального состояния детей среднего дошкольного возраста в группе ДОО была реализована с помощью проведения таких методик как «Паровозик» Велиева С.В. [8] и «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю. [26]. Результаты показали, что 24% детей в группе детского сада испытывают состояние эмоционального неблагополучия и 17% состояние эмоционального благополучия средней степени. Следует обратить внимание на такие режимные моменты как прогулка и игра, так как 47% дошкольников, соответственно, в эти периоды находятся в состоянии эмоционального неблагополучия.

Благодаря результатам данного исследования можно в дальнейшем строить психолого-педагогическую работу с детьми, а также разработать рекомендации для педагогов, направленные на улучшение эмоционального состояния детей в группе детского сада.

Упражнения, задания и игры в разработанном комплексе были направлены на оптимизацию эмоционального состояния в средней группе дошкольников.

Всего было предложено 16 занятий, продолжительностью 25-30 минут. Период реализации — 2 месяца, по 2 занятия в неделю. Каждое занятие построено по определенному алгоритму — это 3 основные части, вводная, основная и заключительная.

Работа состояла из трех этапов. Первый этап направлен на снятие эмоционального напряжения детей, которое создает общий фон к достижению эмоционального благополучия. Второй этап направлен на развитие коммуникативных умений, которые оформляют игровую

деятельность и самостоятельное взаимодействие детей. Третий этап — направлен на стимуляцию развития игровых умений и стимуляции игровой деятельности детей, которая выступает как ведущий вид деятельности.

По окончании формирующей части работы была проведена повторная диагностика изучения эмоциональных состояний детей среднего дошкольного возраста.

Результаты диагностики показали следующее.

Большинство, 88% дошкольников испытывают позитивное эмоциональное состояние, 12% — негативное (по методике «Паровозик» Валиева С.В. [8]).

По методике «Тест на эмоциональное отношение» Стожарова М.Ю. [26] можно увидеть, что количество детей, находящихся в положительном эмоциональном состоянии в таких режимных моментах как прогулка (47%) и игровая деятельность (53%) увеличилось.

Таким образом, реализация психолого-педагогических условий обеспечения эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях ДОО, положительно повлияла как на общее эмоциональное состояние детей, так и на такие режимные моменты как игровая деятельность и прогулка.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целью исследования было изучение особенностей эмоционального состояния детей в группе детского сада и разработка психологических рекомендаций по формированию эмоционального благополучия дошкольников в условиях ДОО. Данную цель достигли посредством решения задач исследования.

В теоретической части работы была проанализирована научная литература по проблематике эмоционального благополучия детей, раскрыты возрастные особенности эмоционального развития детей среднего дошкольного возраста. Помимо этого, рассмотрены факторы, влияющие на эмоциональное благополучие детей среднего дошкольного возраста в группе ДОО.

В практической части исследования проведена диагностика эмоционального состояния детей среднего дошкольного возраста в течение дня пребывания ребенка в ДОО, проанализированы полученные результаты.

Формирующая часть работы была посвящена разработке психолого-педагогических условий по формированию эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях ДОО.

Анализ научной литературы по изучаемой теме показал, что такие исследователи как Го К., и Шебеко В.Н. рассматривают эмоциональное благополучие как многомерное явление, которое определяет эмоциональное самочувствие ребенка, является показателем успешности его эмоциональной регуляции и неразрывно связано с его психологическим здоровьем. Для формирования здоровой и гармоничной личности ребенка необходимо создать благоприятные условия, способствующие его эмоциональному благополучию, среди которых ключевую роль играет удовлетворение базовых психологических потребностей.

На основе данных проведенной диагностики в условиях ДОО (как в группе, так и на прогулке) было предложено проводить специальный

комплекс мероприятий для дошкольников средней группы, включающие упражнения, задания, игры, направленные на обеспечение эмоционального благополучия, закрепление положительных эмоций в процессе переживания стандартных бытовых ситуаций, отработку негативных эмоций, снятие эмоционального напряжения.

Предполагаемые результаты от участия дошкольников в разработанных мероприятиях:

- снижение эмоционального напряжения и тревожности;
- развитие игровых умений;
- развитие коммуникативных навыков, умения работать и сотрудничать в коллективе.

Результаты исследования позволили также сформулировать психологические рекомендации для педагогов с целью формирования благоприятного эмоционального фона в группе ДОО.

Гипотеза исследования, согласно которой изучение особенностей эмоционального состояния детей позволит соответствующим образом организовать жизнедеятельность дошкольников с целью максимального обеспечения их эмоционального благополучия в группе детского сада, была подтверждена.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013, №1155 // Министерство образования и науки Российской Федерации. М, 2013.
2. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду. Методические материалы в помощь психологам и педагогам. М.: ТЦ Сфера, 2003. 88 с.
3. Бадулина О.И. Эмоциональное благополучие детей как фактор готовности к школе // Начальное образование. 2012. № 5. С. 27-31.
4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. СПб.: Питер, 2014. 398 с.
5. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. М.: Юрайт, 2016. 224 с.
6. Го К., Шебеко В.Н. Сущность понятия «эмоциональное благополучие» в психолого-педагогических исследованиях // Дошкольное детство в современном поликультурном пространстве: сб. науч. тр.: науч. электрон. изд. локального распространения. Минск: [Б. и.], 2017. Репозиторий БГПУ: [сайт]. URL: <http://elib.bspu.by/handle/doc/48078> (дата обращения: 13.02.2024).
7. Данилина Т.А., Зенгенидзе, В.Я., Степина, М.Н. В мире детских эмоций. М.: Айрис-Пресс, 2008. 160 с.
8. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. Сост. Велиева С.В. СПб: Речь, 2005. С. 92—94.
9. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. М., 1999. 160 с.
10. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики. М.: Педагогика, 1991. 232 с.

11. Дутчина О.Б. К проблеме развития эмоциональной сферы дошкольников в условиях логопедической группы детского сада // Голос и коммуникации в современном мире. 2020. С. 23-28.
12. Ермолаева М.В. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников / М.В. Ермолаева, И.Г. Ерофеева. М.: Изд-во МПСИ, 2008. С. 11-18; 21-42.
13. Знаменская О.В. Развитие эмоционального мира детей дошкольного возраста. – Электронный ресурс: URL:<http://www.depedu.yar.ru> (дата обращения 14.04.2024).
14. Иванова В.А., Чулкова Н.А. Изучение тревожности детей дошкольного возраста на примере воспитанников МДОУ ЦРР – Д/С № 45 «Жаворонок» РС (Я), Г. Нерюнгри // Международный журнал экспериментального образования. 2015. № 12-3. С. 374-379. URL: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://s.expeducation.ru/pdf/2015/12-3/9129.pdf> (дата обращения: 18.01.2025).
15. Изард К. Психология эмоций. М.: Питер, 2011. 464 с.
16. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: Теория и практика. М.: Академия, 2004. 288 с.
17. Ильина И.Ю. Предметно-развивающая среда как средство обеспечения эмоционального благополучия дошкольников ДОУ // В сборнике: Проблемы и перспективы дошкольного и начального образования: современный научный поиск. 2013 С. 288–290.
18. Казакова О.В. Преодоление тревожности у детей дошкольного возраста // Современная высшая школа: инновационный аспект. – 2012. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/preodolenie-trevozhnosti-u-detey-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 13.01.2025).
19. Козлова О.В., Бурыгина Д.Н. Специфика эмоционального благополучия человека в РФ/О. В. Козлова, Д.Н. Бурыгина // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. 2012. № 12 - 3 (26). С. 90-92.

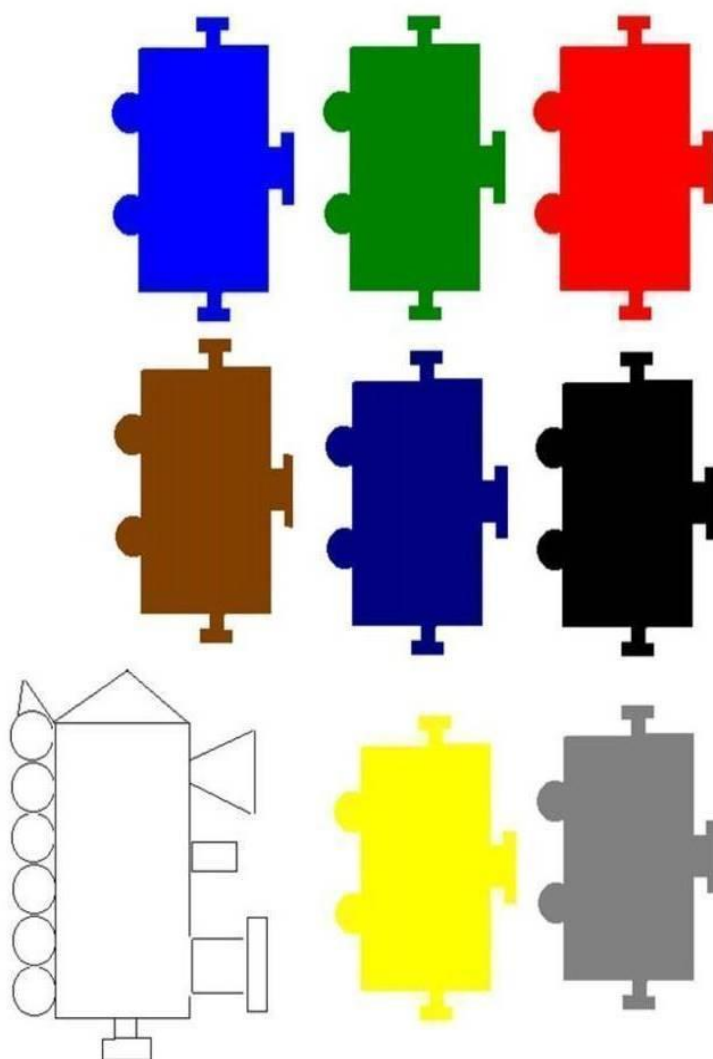
20. Кошелева А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников / Под ред. О. А. Шаграевой С.А. Козловой. М.: «Академия», 2003. 176 с.
21. Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шаграева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников: учеб. пособие. М.: Академия, 2003. 168 с.
22. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль, Академия развития, 1997. 206 с.
23. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. М.: Институт практической психологии, 1997. 216 с.
24. Локтионова А.В., Яценко М.Г. Ребенок в тисках: давление общества, импульсы самореализации и потребность в раскрытии собственной личности //Академический вестник Академии социального управления. 2013. №. 4. С. 82-88.
25. Локтионова А.В. Феноменологический анализ переживаний ребенка в ситуации конфликта / А.В. Локтионова // Академический вестник. 2013. №4(10). С. 34–44.
26. Методики для оценки психологического климата и эмоционального благополучия ребёнка в группе детского сада [Электронный ресурс] Тест на эмоциональное отношение // URL: <https://psihdocs.ru/metodiki-dlya-ocenki-psihologicheskogo-klimata-i-emocionalenog.html?page=3> (Дата обращения: 12.11.2024).
27. Миланич Ю.М. Психологическая коррекция эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста. СПб., 1998. 126 с.
28. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры.1999. 48 с.
29. Моисеева М.В. Связь привязанности к матери и формирование доверия к другим в дошкольном возрасте // Фундаментальные и прикладные исследования. 2016. №26-1. С. 121–133.
30. Никулина Д.С. Подходы к определению эмоционального благополучия //Известия Южного федерального университета. Технические науки. 2008. Т. 83. №. 6. С. 73-76.

31. Праведникова И.И. Нейропсихология. Игры и упражнения. – М.: Айрис-пресс, 2021. 112 с.
32. Сергеева Н.Ю. Эмоциональное благополучие детей // Народное образование. 2004. № 2. С. 184–188.
33. Тренинг по сказкотерапии /под ред. Т.Д, Зинкевич—Евстигнеевой. Спб.: Речь, 2000. 400 с.
34. Фаустова И.В., Гамова С.Н. Эмоциональное благополучие ребенка-дошкольника как предпосылка развития его эмоциональной устойчивости // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 6. С. 32-39.
35. Филиппова Г.Г. Психология материнства: учебное пособие. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. 240 с.
36. Фролова О.В. Формирование адекватного уровня тревожности. – Бирский государственный институт, 2001.
37. Холодова О.Л. Факторы эмоционального благополучия старших дошкольников: обзор современных исследований / О. Л. Холодова, Л. В. Логинова // Современное дошкольное образование. 2020. №4 (100) Электронный ресурс: URL:<https://cyberleninka.ru/article/n/factory-emotsionalnogo-blagopoluchiyastarshih-doshkolnikov-obzor-sovremennyh-issledovaniy> (дата обращения: 20.04.2024).
38. Хрипкова А.Г. Мир детства. М.: Педагогика, 1979. 416 с.
39. Черняева С.А. Психотерапевтические сказки и игры. Спб.: Речь, 2002. Т. 168. 7 с.
40. Чистякова М.И. Психогимнастика. М., 1990. 128 с.
41. Шипицына Л.М., Защирина О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. Спб., 2000 г. 384 с.
42. Яковлева Н.Г. Психологическая помощь дошкольнику //СПб.: Валери СПД. 2002. С. 3-5.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Стимульный материал к методике «Паровозик» С.В. Валиева [7].



Обработка результатов по методике «Паровозик» С.В. Велиева [7]

№	Кол-во баллов	Совпадения
1	1 балл	Фиолетовый вагончик — 2 позиция Чёрный, серый, коричневый — 3 позиция Красный, жёлтый, зелёный — 6 позиция
2	2 балла	Фиолетовый вагончик — 1 позиция. Чёрный, серый, коричневый — 2 позиция. Красный, жёлтый, зелёный — 7 позиция. Синий вагончик — 8 позиция.
3	3 балла	Чёрный, серый, коричневый — 1 позиция. Синий вагончик — 7 позиция. Красный, жёлтый, зелёный — 8 позиция.

Таблица 5

Название игры	Цель	Содержание
1	2	3
«Давайте поздороваемся»	Продолжение знакомства, создание психологически непринужденной атмосферы	В начале игры говорится о разных способах приветствия, реально существующих и шуточных. Детям предлагается поздороваться плечом, спиной, рукой, носом, щекой, выдумать свой собственный необыкновенный способ приветствия для сегодняшнего занятия и поздороваться им
«Росточек под солнцем»	Мышечное, психологическое расслабление	Дети превращаются в маленький росточек (сворачиваются в клубочек и обхватывают колени руками) всё чаще пригревает солнышко и росточек начинает расти и тянуться к солнышку. Все движения выполняются под музыку
«Угадай по голосу»	Коррекция негативного эмоционального состояния	Водящий (ребенок) закрывает глаза. Двое детей по очереди называют его имя. Водящий должен догадаться, кто его позвал. Упражнение можно усложнить - предложить детям, называющим имя ребенка, изменить голос
«Зеркало»	Развитие умения выражать собственные эмоции и понимать эмоции окружающих	На столе раскладываются картинкой вниз схематичные изображения эмоций. Ребенок берет одну карточку, не показывая ее никому. Затем ребенок должен узнать эмоцию и изобразить ее с помощью мимики, пантомимики, голосовых интонаций. Остальные отгадывают повторяют эмоцию, как в зеркале

1	2	3
«На что похоже мое настроение»	Снятие эмоционального и физического (мышечного напряжения)	Сначала дети рисуют на общем листе красками свое настроение (в виде облака, цветка и т.д.) - получается «цветопись» настроения группы. Затем из корзинки с разноцветными бумажными лепестками каждый ребенок выбирает лепесток, соответствующий его настроению, и все вместе составляют один цветок (в виде ромашки). Заканчивается упражнение спонтанным «танцем настроения»: каждый ребенок «сочиняет» свои движения
«Волшебный клубочек»	Активизация дошкольников, создание групповой сплоченности и положительного эмоционального фона, преодоление застенчивости	В коробке лежат разноцветные клубочки. Дети подходят по одному выбирают себе клубок и продолжая предложение, начатое воспитателем, переключаются клубок в другую коробку. Темы для обсуждения могут быть предложены воспитателем (каждая повторная игра – новая тема)
«Охотники и утки»	Снятие эмоционального напряжения	Обозначается круг диаметром 10 метров. Дошкольники делятся на две команды. Первая команда становится в круг – это «утки»; вторая по кругу – это «охотники». По сигналу «охотники», перебрасывая мяч, стараются выбить «уток». Когда все «утки» будут выбиты игроки меняются местами. Мяч бросать в ноги
«Белки и орешки»	Развитие коммуникативных навыков	Дети встают по три человека, берутся за руки. Это будет «беличье гнездо». Все трое ребят должны договориться между

1	2	3
		собой, кто из них орех, кто белка, а кто шишка. Выбирается водящий. Гнезда у него не будет. Ведущий произносит слова: «белка», «орех», «шишка». Когда ведущий скажет «белки», белки должны оставить свои гнёзда и перебежать в другие. Пока белки перебегают, старый водящий может успеть занять любое место и стать белкой. Водящим становится тот, кому не хватило места в гнезде. То же самое должны сделать орехи и шишки. То есть, за один круг игры водящий может поменяться до трёх раз
«Прогулка в лесу»	Снятие эмоционального напряжения; Развитие коммуникативных навыков	Половина детей изображают животных и птиц леса, другая половина – угадывает, кого изображают. «А как вы думаете, чьи это голоса?» Когда задуманное животное или птица отгаданы – все дети стараются его изобразить: махать руками как крыльями, прыгать, как заяц и т .д.
«Волшебники»	Развитие эмоциональной сферы дошкольников	Один из детей превращается в волшебника. Ему завязывают глаза и предлагают догадаться, кто будет к нему подходить; он ощупывают кисти рук
«Сказочная шкатулка»	Развитие коммуникативных навыков, эмоциональной сферы	Дети расставляют карточки с сюжетами сказки в нужной последовательности, выбирают роли, с помощью воспитателя воспроизводят сказку по ролям (выбираются сказки с простым сюжетом: «Колобок», «Репка»)

1	2	3
«Комплименты»	Развитие коммуникативных навыков, эмоциональной сферы	Воспитатель предлагает всем детям по очереди говорить друг другу комплименты. Объяснить, что комплимент бывает прямой: хвалится непосредственно сам человек — его прическа, его улыбка, его внешний вид, его действия; и косвенный, когда восхищаются тем, что может касаться этого человека: его собакой, его делами, местом, где он играет или занимается и т. д.
«Колобки»	Развитие игровых навыков, умения действовать по правилам	Дети, присев на корточки, размещаются по кругу. В центре круга находится водящий – лиса. Играющие перекатывают мяч – «колобок» друг другу так, чтобы он уходил от лисы. Водящего сменяет игрок, который прикатит колобок так, что лиса сможет его поймать
«Звериные чувства»	Развитие коммуникативных навыков	Дети образуют большой круг. Поочередно пересекая круг, они с помощью выразительных движений изображают животных. Остальные участники пытаются угадать, кого изображает ребенок. Принимается любое изображение. Психолог поддерживает проявление активности
«Три цветка»	Снятие эмоционального напряжения, концентрация на собственных эмоциях	Ведущий включает спокойную расслабляющую музыку и говорит: «Сядьте на корточки, опустите голову и руки. Представьте, что вы семечки, из которых вырастут прекрасные цветы. Вот теплый луч солнца достиг земли и согрел в ней семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Встаньте, поднимите и разведите руки в стороны.

1	2	3
		Нежится цветок на солнышке. Подставляет теплу и свету каждый лепесток, поворачивая головку вслед за солнцем. Приподнимите подбородок, представьте, что вы смотрите на солнышко из-под опущенных век, улыбнитесь, медленно поворачивайте голову вправо - влево. А теперь расскажите о том, что вы чувствовали, когда были цветами».
«Нарисуй мелодию»	Развитие эмоциональной сферы	Дети слушают поочередно включаемые воспитателем мелодии – лучше подбирать фрагменты классических произведений с разным характером – веселые, грустные, лирические, ритмичные. После каждого фрагмента детей просят нарисовать красками то, как звучит та или иная мелодия.
«Представь, что ты можешь»	Развитие эмоциональной сферы	Воспитатель сообщает детям, что него есть волшебная палочка, предлагает помечтать, представить, что ребенок может делать то, что сейчас не умеет. Подходит к каждому ребенку, взмахивает волшебной палочкой, просит закрыть глаза и представить, что ребенок умеет делать задуманное. Ребенок рассказывает свои чувства и эмоции, которые он чувствует, когда владеет желаемым качеством или умением
«Стройка»	Развитие коммуникативных навыков	Дети собирают крепость или башню из крупных деталей «Лего», каждый ребенок прикрепляет по одной детали по очереди.

1	2	3
«Фоторобот страха»	Снятие эмоционального напряжения, тревожности	Сначала детям объясняют, что такое фоторобот. Особенность его в том, что сам художник никогда не видел свой персонаж, а рисует портрет со слов очевидцев. Страх ребенка тоже можно назвать преступником, так как он помешал его спокойной жизни (или сладкому сну), например, вчера вечером (или вспомните другую дату). Но потом возмутитель спокойствия исчез (ведь ребенок не испытывает в настоящий момент острого страха). Нужно его найти и обезвредить! Дети играют в парах – один описывает страх, другой его зарисовывает
«Кто кричит громче?»	Снятие эмоционального напряжения	Дети делятся на группы по 4-6 человек, каждая команда по очереди и по команде воспитателя кричит, воспитатель определяет, кто громче кричал
«Передай мяч»	Снятие эмоционального напряжения	Играющие становятся в круг на расстоянии шага друг от друга. Воспитатель дает одному из играющих мяч. По слову воспитателя: «Начинай!» - дети передают мяч по кругу, при этом все четко говорят: Раз, два, три – мяч скорей бери! Четыре, пять, шесть – вот он, вот он здесь! Семь, восемь, девять! Бросать, кто умеет? Я! Тот, у кого на слово «Я» оказался мяч, выходит на середину круга и говорит: «Раз, два, три – беги». Дети разбегаются в разные стороны, а водящий, не сходя с места, бросает в них мяч. Ребенок, в которого попал мяч, отходи в сторону и одну игру

1	2	3
		пропускает. Остальные играющие снова становятся в круг, и игра повторяется, при этом мяч передается в другую сторону
«Найди пару»	Развитие коммуникативных навыков	Детям раздаются карточки: половине детей с изображением животных, другой половине – с изображением корма для этого животного. По команде ведущего дети начинают смотреть друг у друга картинки и находят себе пару. Игра на время – кто быстрее найдет свою пару
«Качели»	Способствовать снятию тревожности, страхов, развивать уверенность в себе, научить конкретным способам преодоления своего эмоционального неблагополучия, накапливать опыт практических действий	В игре могут участвовать по двое детей. Один садится в позу «зародыша»: поднимает колени и наклоняет к ним голову, ступни плотно прижаты к полу, руки обхватывают колени, глаза закрыты. Второй встает сзади, кладет руки на плечи сидящему, осторожно начинает покачивать его, как качели. Ритм медленный, движения плавные; выполнять упражнения 2-3 минуты. Предупреждение. Сидящий не должен «цепляться» ногами за пол и открывать глаза; можно надеть на глаза повязку. Затем участники меняются местами
«Паровозик с именем»	Формирование благоприятной эмоциональной атмосферы, снятие эмоционального напряжения	Дети встают друг за другом, кладут руки на пояс впереди стоящего и начинают двигаться «паровозиком». На пути им встречаются различные препятствия, которые нужно преодолеть: перешагнуть через «кочку», пройти по «мостику», обогнуть большие «валуны», пройти в «ворота» (обруч), стараясь не расцепить «вагоны»

1	2	3
		После этого участники двух команд, выстроившись у стартовой линии в две шеренги друг за другом, смотря в затылок своему соседу и встав обеими ногами в мешок, по команде ведущего: «Старт!», начинают игру. Они передвигаются при помощи прыжков внутри мешков, наперегонки к финишной линии, а, достигнув ее, отправляются обратно точно таким же образом к своим командам, где передают мешки вторым по счету участникам команд, которые проделывают абсолютно то же самое, и т. д.
«Неоконченные предложения»	Развитие коммуникативных навыков	Необходимо найти и сказать такое слово, чтобы получилось законченное предложение. Добавлять нужно только одно слово. Воспитатель говорит несколько слов предложения, а дети должны дополнить его новыми словами, чтобы получилось законченное предложение, например: «Мама купила... ..книжки, тетради, портфель», - продолжают дети
«Кенгуру»	Развитие коммуникативных навыков, навыка работы в команде	Предварительно на полу игрового помещения чертятся две прямые ровные линии около противоположных стен, обозначающие собой старт и финиш