

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.П. АСТАФЬЕВА (КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов
Выпускающая кафедра педагогики и психологии начального образования

ХОЛОДЕЛЬЩИКОВА ЕКАТЕРИНА СЕРГЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ
В РАЗЛИЧНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Направление подготовки 44.03.05 Педагогическое образование с двумя профилями подготовки

Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование и русский язык

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой канд. психол. наук, доцент Мосина Н.А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

18.06.2018 Мосина
(дата, подпись)

Руководитель

канд. психол. наук, доцент Мосина Н. А.
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Дата защиты 27.06.2018

Обучающийся Холодильщикова Е.С. 18.06.18. Холод
(фамилия, инициалы) (дата, подпись)

Оценка
отлично
(прописью)

Секретарь УИМ Гладких
ИЗ

Красноярск
2018

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОБОСНОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ.....	6
1.1 Сущность понятия «эмоциональное благополучие».....	6
1.2 Психологические особенности детей младшего школьного возраста...	12
1.3 Сравнительный анализ различных образовательных учреждений Красноярского края.....	19
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1.....	24
ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАЗЛИЧНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.....	27
2.1 Постановка проблемы и анализ результатов проведенного исследования.....	27
2.2 Специфика организации групповых занятий для детей младшего школьного возраста разных образовательных учреждений, направленная на изменение эмоционального благополучия.....	31
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2.....	37
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	39
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	41
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	44

ВВЕДЕНИЕ

Одной из наиболее актуальных проблем современности является эмоциональное благополучие детей. Подтверждают это и данные статистики, которые говорят нам о том, что число детей с нарушениями психоэмоционального развития продолжает неугомонно расти.

Младшие школьники наиболее подвержены таким нарушениям, которые проявляются у них в виде эмоциональной агрессивности, враждебности, неустойчивости, страха, тревожности.

Именно им необходимо быстро адаптироваться к условиям жизни в школе. Учебные нагрузки, постоянный поток новой информации, которая поступает через все каналы восприятия, несоответствие внешних требований психофизическим возможностям учащихся, низкий уровень психологической готовности к школе, авторитарный стиль общения и преподавания со стороны педагогов - всё это так или иначе влияет на эмоциональное благополучие детей, что ведёт к нарушению их психологического здоровья.

На фоне этого легко возникают личностные отклонения, определяющие негативный характер способов поведения и общения, деформацию становления личностного развития в целом.

Поэтому эмоциональное благополучие младшего школьника во многом зависит:

- от действий и отношения взрослых, которые окружают ребёнка как в условиях семьи, так и в условиях образовательного учреждения;
- от благоприятной среды, которая характеризуется ощущением защищенности, комфорта и успешности, возникающей на основе удовлетворения потребностей в самовыражении и общении.

Проблемой эмоционального благополучия занимались и продолжают заниматься многие учёные: Л. И. Божович, А. В. Запорожец, А. Д. Кошелева, В. С. Мухина, Т.А. Репина, А. Рояк, Г. Г. Филиппова.

Перед психологией в контексте исследования эмоционального благополучия до сих пор остается ряд нерешённых проблем, таких как:

- выработка единого подхода в определении эмоционального благополучия, которое бы носило системный характер;
- выделение и разграничение критериев определения эмоционального благополучия и неблагополучия;
- возможная диагностика эмоционального благополучия;
- выработка и выбор из уже известных практических рекомендаций и методик воздействия с целью достижения эмоционального благополучия.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что анализ эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста и поиск факторов, способствующих его позитивному формированию, является актуальным.

Помимо актуальности темы стоит рассмотреть цель исследования.

Цель: изучить особенности эмоционального благополучия младших школьников, дать сравнительный анализ эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста в различных образовательных учреждениях и разработать программу, направленную на повышение уровня эмоционального благополучия младших школьников.

Объектом исследования является эмоциональное благополучие детей младшего школьного возраста.

Предмет исследования: особенности эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста в различных образовательных учреждениях.

Для достижения поставленной цели предусматривалось решение следующих задач:

1. Проанализировать теоретико - методологическую литературу по проблеме исследования;
2. Раскрыть сущность понятия «эмоциональное благополучие»;

3. Рассмотреть психологические особенности детей младшего школьного возраста;

4. Исследовать особенности различных образовательных учреждений Красноярского края;

5. Путём констатирующего эксперимента выявить и сравнить особенности эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста в различных образовательных учреждениях;

6. Проанализировать результаты экспериментального исследования;

7. Разработать программу для повышения уровня эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста.

Гипотеза: Эмоциональное благополучие младших школьников характеризуется позитивным отношением к себе и к другим, а также преобладанием позитивного эмоционального состояния.

Мы предполагаем, что сравнительный анализ эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста в различных образовательных учреждениях неодинаков.

Методы исследования: анализ литературы по проблеме исследования, количественный и качественный анализ данных.

База исследования: МБОУ Красноярского края Новосёловского района села Легостаево Легостаевская СОШ № 11 им. Р. В. Можнова и МБОУ города Красноярска Гимназия № 16.

В эксперименте участвовали первоклассники в количестве 38 человек.

Структура включает в себя: введение, 2 главы, выводы, заключение, библиографический список, приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОБОСНОВАНИЯ ПРОБЛЕМЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ.

1.1 Сущность понятия «эмоциональное благополучие».

Проведя теоретический анализ литературы по проблеме исследования, мы пришли к выводу о том, что эмоциональное благополучие является важным компонентом психологического здоровья. Для того, чтобы более подробно разобраться в определении эмоционального благополучия, необходимо рассмотреть, что такое психологическое здоровье.

В научный лексикон термин «психологическое здоровье» вводит И. В. Дубровина. По мнению автора, психологическое здоровье - это необходимое условие активной и нормальной жизнедеятельности человека [12]. Психологическое здоровье описывает личность в целом, имеет отношение к мотивационной, познавательной, волевой и эмоциональной сферам.

При определении психологического здоровья выделяют критерии, которые выступают в качестве основных:

- позитивное самоощущение и восприятие окружающего мира;
- высокий уровень развития рефлексии;
- наличие стремления улучшать качество основных видов деятельности;
- успешное прохождение возрастных кризисов;
- адаптированность к социуму, умение выполнять основные социальные и семейные роли [10].

Психологическое здоровье детей имеет свою специфику. И. В. Дубровина утверждает, что основой психологического здоровья является полноценное психическое развитие на всех этапах онтогенеза. Следовательно, психологическое здоровье ребёнка и взрослого будет отличаться совокупностью личностных новообразований, которые ещё не развились у ребёнка, но должны присутствовать у взрослого.

Таким образом, мы можно говорить о том, что психологическое здоровье - это прижизненное образование, хотя его предпосылки создаются ещё в пренатальном периоде.

Исходя из вышеизложенного, можем сделать вывод, что психологическое здоровье – это такое состояние человека, которое характеризуется высоким уровнем личностного развития, пониманием себя и других, наличием представлений о цели и смысле жизни, способностью к управлению собой, умением правильно относиться к другим людям и к себе.

Перейдем к рассмотрению понятия эмоциональное благополучие.

Трактовкой понятия «эмоциональное благополучие» занимались многие отечественные и зарубежные учёные.

Опираясь на исследования Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной, Т.А. Репиной эмоциональное благополучие можно определить, как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребёнка, в основе которого лежит удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных [35].

И. Ю. Слободчиков считает, что эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи [11]. Именно эмоциональное благополучие является наиболее ёмким понятием для определения успешности развития ребёнка.

Е. П. Арнаутова, И. Ю. Ильина, А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, Г. А. Свердлова определяют эмоциональное благополучие как устойчиво - положительное, комфортно - эмоциональное состояние ребёнка, являющееся основой отношения ребёнка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную и эмоционально-волевую сферу, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками [21].

Г. А. Урунтаева под эмоциональным благополучием понимает чувства уверенности и защищённости, которые способствуют нормальному развитию личности ребёнка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям [16].

В ходе работы мы будем опираться на определение эмоционального благополучия, которое выделили учёные Е. П. Арнаутова, И. Ю. Ильина, А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, Г. А. Свердлова.

Проведя теоретический анализ литературы по выбранной проблеме, мы также выявили, что существует несколько направлений исследований эмоционального благополучия, которые не противоречат, а скорее взаимодополняют друг друга. Рассмотрим каждое из них.

1. Изначально эмоциональное благополучие рассматривалось в контексте эмоционального самочувствия детей и подростков. Его изучением занимались такие учёные как О. И. Бадулина, Т. В. Драгунова, М. В. Зиновьева, О. А. Индобаева, В. Р. Лисина, В. И. Самохвалова и другие. В рамках этого направления эмоциональное благополучие может быть определено как положительная направленность эмоционального самочувствия [3]. При этом исследователи эмоционального самочувствия детей и подростков раскрывают скорее содержание эмоционального неблагополучия. Тогда получается, что эмоциональное благополучие – это то, чем не является эмоциональное неблагополучие; это противоположность эмоционального неблагополучия.

2. Эмоциональное благополучие также рассматривается в контексте значения эмоций в жизни человека, функций, выполняемых ими (Л. М. Аболин, О. А. Воробьева, В. Р. Сары - Гузель). Эмоциональное благополучие человека связано как с характером переживаемых эмоций, так и с возможностью и умением эти эмоции выразить. В рамках этого направления исследований оно может быть определено как показатель успешности эмоциональной регуляции человека, то есть насколько полноценно эмоции могут выполнять свои функции в жизнедеятельности отдельного человека. [1]

3. Более объёмное представление об эмоциональном благополучии может быть получено за счёт рассмотрения его как неотъемлемой и составной части психологического благополучия личности в целом (М. С. Дмитриева, М. Ю.

Долина, Л. В. Куликов). В русле этого подхода эмоциональное благополучие может быть определено как интегральная характеристика (интегральное переживание), в которой сфокусировались чувства, обусловленные успешным функционированием всех сторон личности [24]. Кроме того, эмоциональное благополучие отражает не только полярность тех или иных эмоциональных проявлений, но и возможность личности эффективно регулировать любые из этих проявлений.

Психологическое благополучие тесно связано с другими характеристиками - такими, как счастье, удовлетворенность жизнью, субъективная оценка качеством жизни. Следовательно, и эмоциональное благополучие, находясь в неразрывном единстве с психологическим благополучием, связано с ними.

4. В ряде работ, посвященных проблемам психологии здоровья, эмоциональное благополучие рассматривается как синонимичное понятию эмоционального здоровья, которое стало разрабатываться относительно недавно. Л. В. Тарабакина, которая ввела термин «эмоциональное здоровье», характеризует его как составную часть психологического здоровья человека. Эмоциональное здоровье позволяет сохранять целостное эмоциональное отношение к себе и к миру, преобразовывать отрицательные эмоции и порождать положительно окрашенные переживания...» [36]

Таковы на сегодняшний день основные подходы, в русле которых проводятся исследования эмоционального благополучия.

В целом, на основании имеющихся подходов к описанию эмоционального благополучия можно сделать вывод о том, что оно представляет собой многомерное явление, которое определяет эмоциональное самочувствие, является показателем успешности эмоциональной регуляции человека, а также неразрывно связано с психологическим благополучием.

Ещё одним важным вопросом в определении эмоционального благополучия является выделение и разграничение критериев эмоционального благополучия.

Необходимо отметить, что исследований, которые бы содержательно описывали эмоциональное благополучие, значительно меньше, чем аналогичных исследований эмоционального неблагополучия. Так, наиболее часто выделяют следующие содержательные характеристики эмоционального неблагополучия:

- преобладание негативных по знаку эмоций (страх, обида, недовольство, отчаяние);
- присутствие ярко выраженной прямой или косвенной агрессии;
- отчуждённость, изолированность, отсутствие контакта, как с внешним миром, так и со своим внутренним, в том числе и со своей эмоциональной сферой;
- психическая неуравновешенность, когда любой объект в этот момент воспринимается как раздражитель;
- преобладание сильных по характеру переживаний, пронизывающих систему отношений и поведения человека, тормозящих активную деятельность личности, снижающих ее развитие и сужающих поле её индивидуального проявления [35].

В свою очередь исследования эмоционального благополучия дают следующие содержательные характеристики:

- преобладающий положительный эмоциональный фон;
- доминирующее состояние спокойствия, удовлетворенности и уверенности;
- субъективное переживание счастья;
- направленность на позитивные отношения с другими.

Выделение критериев эмоционального благополучия даёт возможность исследовать взаимосвязи эмоционального благополучия и других психологических явлений, характеристик, что ещё в большей степени позволяет раскрыть и понять сущность эмоционального благополучия.

Стоит отметить, что эмоциональное благополучие тесно связано с эмоциями, так как они являются одним из главных механизмов внутренней регуляции поведения и психической активности человека.

Эмоции отражают в форме субъективного переживания значимость явлений и ситуаций, состояний организма в зависимости от внешних воздействий на него [19]. Один и тот же объект или событие рождает у разных людей различные эмоции, потому что у каждого из них своё, специфическое отношение к данному объекту.

Эмоции выступают как внутренний язык, как система сигналов, посредством которой субъект узнаёт о потребности значимости происходящего.

В деятельности человека эмоции выполняют функцию оценки её хода и результатов. Они организуют деятельность, стимулируя и направляя её.

Изучением эмоций занимались как отечественные (П. К. Анохин, В. С. Дерябин, А. В. Запорожец, В. В. Зеньковский, В. А. Лабунская, А. Н. Леонтьев, А. Н. Лук, П. В. Симонов), так и зарубежные учёные (В. К. Вилюнас, У. Джеймс, К. Е. Изард).

П. К. Анохин определяет эмоции как физиологические состояния организма, имеющие ярко выраженную субъективную окраску и охватывающие все виды чувствований и переживаний человека [2].

Эмоции, по А. Н. Леонтьеву, - длительные состояния, проявляющиеся во внешнем поведении. Они носят отчётливо выраженный ситуационный характер, то есть выражают оценочное личностное отношение к складывающимся или возможным ситуациям, к своей деятельности и своим проявлениям в них [27].

Согласно У. Джеймсу, эмоции - отражение телесных процессов в сознании, они всего лишь комплекс внутренних ощущений и не более [41].

К. Э. Изард определяет эмоции как чувство, которое мотивирует, организует и направляет восприятие, мышление и действия» [17].

Таким образом, мы можем сделать вывод, что эмоциональное благополучие рассматривается как компонент психологического здоровья, которое тесно связано с эмоциями, так как от них зависит успешность взаимодействия с окружающими людьми, а значит, и успешность социального развития в целом.

1.2 Психологические особенности детей младшего школьного возраста.

Начало младшего школьного возраста определяется моментом поступления ребёнка в школу и охватывает период жизни с 6-7 до 10-11 лет.

В этом возрасте происходит кардинальная смена образа и стиля жизни по сравнению с дошкольным: появляются другие требования, новая социальная роль ученика, принципиально новый вид деятельности - учебная. В школе он приобретает не только новые знания и умения, но и определенный социальный статус. Меняется восприятие своего места в системе межличностных отношений. Меняются интересы, ценности ребёнка, весь уклад жизни.

Переходный период от дошкольного к младшему школьному возрасту знаменуется наступлением кризиса 7 лет. По словам Л.С. Выготского, этим кризисом открывается школьный возраст. В это время происходит существенное изменение всего психологического облика, коренная перестройка отношений младшего школьника с социальным окружением [8].

Внешними проявлениями кризиса являются заметные изменения в поведении ребенка: он начинает манерничать, кривляться, в глаза бросается демонстративность, становится трудновоспитуемым, перестаёт следовать хорошо знакомым, привычным нормам поведения. За этими внешне негативными проявлениями скрываются глубокие изменения в психической жизни ребёнка, которые и составляют основной психологический смысл кризиса 7 лет.

Согласно Л.С. Выготскому, основой этих изменений является утрата детской непосредственности [8]. Ребёнок, вступивший в полосу кризиса,

теряет детскую наивность во всех своих проявлениях: в поведении, в отношениях с окружающими он становится не таким понятным, как раньше.

Теперь по поведению ребёнка взрослые не могут однозначно судить о том, что он думает, чувствует, переживает, чего действительно хочет. У младшего школьника появляется своя внутренняя жизнь, недоступная окружающим.

Период кризиса 7 лет связан с коренным изменением социальной ситуации развития ребёнка. У него впервые возникает осознание своего места в системе межличностных отношений. По словам Л. И. Божович, кризис 7 лет является периодом рождения социального «Я» [26].

Именно в этот период происходит дальнейшее физическое и психофизиологическое развитие ребёнка, обеспечивающее возможность систематического обучения в школе. Совершенствуется работа головного мозга и нервной системы. По данным физиологов, к 7 годам кора больших полушарий является уже в значительной степени зрелой. Однако отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста ещё не завершили своего формирования, вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры на подкорковые структуры оказывается недостаточным. Несовершенство регулирующей функции коры проявляется в свойственных детям данного возраста особенностях поведения, организации деятельности и эмоциональной сферы: младшие школьники легко отвлекаются, не способны к длительному сосредоточению, возбудимы, эмоциональны.

В организме ребёнка происходит эндокринный сдвиг, сопровождаемый бурным ростом тела, увеличением внутренних органов, вегетативной перестройкой. Это означает, что кардинальное изменение в системе социальных отношений и деятельности ребёнка совпадает с периодом перестройки всех систем и функций организма, что требует большого напряжения и мобилизации его резервов.

Однако, несмотря на осложнения, сопровождающие физиологическую перестройку (повышенная утомляемость, нервно-психическая ранимость ребёнка), физиологический криз не столько отягощает, сколько способствует более успешной адаптации ребёнка к новым условиям. Это объясняется тем, что происходящие физиологические изменения отвечают повышенным требованиям новой ситуации. Более того, для отстающих в общем развитии по причинам педагогической запущенности этот криз является последним сроком, когда еще можно догнать сверстников.

Переход к систематическому обучению предъявляет высокие требования к умственной работоспособности детей, которая у младших школьников ещё неустойчива, сопротивляемость утомлению низкая. И хотя на протяжении возраста эти параметры повышаются, в целом продуктивность и качество работы младших школьников примерно наполовину ниже, чем соответствующие показатели старшекласников.

Как было сказано выше, начало обучения в школе ведёт к коренному изменению социальной ситуации развития ребенка. Вся система жизненных отношений перестраивается и во многом определяется тем, насколько успешно он справляется с новыми требованиями.

Учебная деятельность становится ведущей. Она определяет важнейшие изменения, происходящие в развитии психики на данном возрастном этапе, в результате чего возникают психические новообразования:

- произвольность и осознанность всех психических процессов, их интеллектуализация, внутреннее опосредствование, которое происходит благодаря усвоению системы научных понятий;
- рефлексия (как личностная, так и интеллектуальная);
- внутренний план действий (планирование в уме, умение анализировать).

В младшем школьном возрасте дети учатся умению приобретать друзей и находить общий язык с разными людьми, формируются важнейшие навыки межличностного общения и нравственного поведения. Школьники находят новые групповые формы активности и занятий. По началу они стараются

вести себя так, как принято в этой группе, подчиняясь законам и правилам. Затем начинается стремление к лидерству, к превосходству среди сверстников.

В этом возрасте дружба выполняет множество функций, главными из которых является развитие самосознания и формирование чувства причастности, связи с обществом себе подобных; дружеские отношения более интенсивные, но менее прочные.

Именно в этом возрасте ребёнок переживает свою уникальность, он осознает себя личностью, стремится к совершенству. Если в первом классе личностные качества еще мало выражены, то к концу третьего и началу четвертого года обучения личность ребёнка уже отчётливо проявляется в системе ценностей и отношений со сверстниками и взрослыми.

Стимулом для оформления системы ценностей ребёнка является расширение социальных связей и значимых отношений. Центральной и системообразующей позицией обладает отношение к школе и учёбе. В зависимости от знака этих отношений начинает складываться либо социально нормативный, либо девиантный и акцентуированный варианты личности.

Часто переживаемые отрицательные эмоции, связанные с плохой успеваемостью и наказанием со стороны родителей, а также угроза снижения самооценки стимулирует ускорение формирования системы психологической защиты.

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

Поступление в школу вносит изменения и в эмоциональную сферу. Это связано с тем, что расширяется содержание деятельности и увеличивается количество эмоциогенных объектов. Те раздражители, которые вызывали эмоциональные реакции у дошкольников, у школьников младших классов уже не действуют.

Младший школьник уже не так бурно реагирует на задевающие его события, так как у него появляется способность подавлять волевым усилием нежелательные эмоциональные реакции [18]. Вследствие этого наблюдается отрыв экспрессии от переживаемой эмоции как в ту, так и в другую сторону: он может как не обнаруживать имеющуюся эмоцию, так и изображать эмоцию, которую он не переживает.

Рассмотрим более подробно особенности эмоциональной сферы младшего школьника [18].

Первой особенностью эмоциональной сферы младшего школьника, особенно первоклассника, является свойство бурно реагировать на отдельные и задевающие его элементы. Каждое явление, в какой-то мере его затронувшее, вызывает эмоциональный отклик.

Второй особенностью эмоциональной сферы становится большая сдержанность в выражении своих эмоций - недовольство, раздражение, зависть, когда находится в коллективе класса, так как несдержанность в проявлении чувств вызывает тут же замечание, подвергается обсуждению и осуждению. Это не значит, что младший школьник уже хорошо владеет своим поведением - подавляет выражение тех или других неодобряемых окружающими чувств. Он достаточно ярко проявляет страх, недовольство, обиду, гнев, хотя и старается их подавить. Все эти эмоции отчётливо проявляются в его поведении во время столкновений со сверстниками.

Способность владеть своими чувствами становится лучше год от года. Свой гнев и раздражение младший школьник проявляет не столько в моторной форме - лезет драться, вырывает из рук и т.д., сколько в словесной - ругается, дразнит, грубит. Появляются оттенки, которые не

прослеживаются у дошкольников, например, в выражении лица и интонациях речи - ирония, насмешка, сомнение и т.д.

Так на протяжении младшего школьного возраста нарастает организованность в эмоциональном поведении ребенка.

Третья особенность - это развитие выразительности эмоций младшего школьника (большее богатство интонаций в речи, развитие мимики).

Четвертая особенность связана с ростом понимания младшим школьником чувств других людей и способности сопереживания эмоциональным состояниям сверстников и взрослых.

Пятой особенностью эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста является их впечатлительность, их эмоциональная отзывчивость на всё красочное. Монотонные, скучные уроки быстро снижают познавательный интерес, ведут к появлению отрицательного эмоционального отношения к учению.

Шестая особенность связана с интенсивно формирующимися моральными чувствами у ребёнка: чувство товарищества, ответственности за класс, сочувствие к горю окружающих, негодование при несправедливости. При этом они формируются под влиянием конкретных воздействий, увиденного примера и собственного действия при выполнении поручения, впечатления от слов учителя. Но важно помнить о том, что когда младший школьник узнаёт о нормах поведения, то слова он воспринимает лишь тогда, когда они эмоционально задевают его, когда он непосредственно чувствует необходимость поступить так, а не иначе.

Школьники младших классов, как показано Т. Б. Пискарёвой, легче понимают эмоции, возникающие в знакомых им жизненных ситуациях, но затрудняются облечь эмоциональные переживания в слова. Лучше различаются положительные эмоции, чем отрицательные. Им трудно отличить страх от удивления [19].

В отличие от дошкольников, которые предпочитают воспринимать только весёлые и радостные картины, у младших школьников возникает

способность к сопереживанию при восприятии тягостных сцен и драматических конфликтов.

В младшем школьном возрасте особенно ярко видна социализация эмоциональной сферы. К третьему классу у школьников проявляется восторженное отношение к героям, выдающимся людям. В этом возрасте начинают формироваться любовь к Родине, чувство национальной гордости, формируется привязанность к товарищам.

Вместе с тем, необходимо отметить, что у младших школьников система эмоций и чувств ещё только формируется. Поэтому их эмоции – не столько проявление переживаемого чувства, сколько материал для обобщения и формирования на их основе высших чувств.

Итак, эмоциональная сфера младших школьников характеризуется:

- лёгкой отзывчивостью на происходящие события;
- непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний;
- готовностью к аффекту страха;
- большой эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений, склонностью к кратковременным и бурным аффектам;
- эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учёбе, а также оценка этих успехов учителем и одноклассниками;
- свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются, мимика других воспринимается часто неверно, также, как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников. Исключение составляют базовые эмоции страха и радости, в отношении которых у детей этого возраста уже имеются чёткие представления, которые они могут выразить вербально, называя пять синонимичных слов, обозначающих эти эмоции [45].

Проанализировав различные подходы к определению эмоционального благополучия, а также рассмотрев психологические особенности детей младшего школьного возраста, мы выделили следующее: если в

младенчестве состояние эмоционального благополучия определяется как базовое чувство эмоционального комфорта, обеспечивающее доверительное и активное отношение к миру, то в более старшем возрасте, а именно в младшем школьном возрасте эмоциональное благополучие характеризуется:

- позитивным отношением к себе (сформирован самоконтроль и адекватная самооценка);
- позитивным отношением с другими, пронизанное заботой и доверием;
- преобладанием позитивного эмоционального фона (низкий уровень тревожности, преобладание положительных по знаку эмоций).

1.3 Сравнительный анализ различных образовательных учреждений Красноярского края.

В настоящее время в Российской Федерации в соответствии с действующим законодательством установлено 9 типов образовательных учреждений:

- дошкольные;
- общеобразовательные;
- учреждения начального профессионального, среднего профессионального, высшего профессионального и послевузовского профессионального образования;
- учреждения дополнительного образования взрослых;
- специальные учреждения (коррекционные) для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии;
- учреждения дополнительного образования;
- учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (законных представителей);
- учреждения дополнительного образования детей;
- другие учреждения, осуществляющие образовательный процесс.

Рассмотрим подробнее один из типов, а именно общеобразовательные учреждения, основной целью которых является осуществление

образовательной деятельности по программам начального общего, основного общего и среднего общего образования.

На территории Красноярского края функционируют следующие виды общеобразовательных учреждений:

- начальная общеобразовательная школа (реализует общеобразовательную программу начального общего образования);

- основная общеобразовательная школа (реализует общеобразовательные программы начального общего и основного общего образования);

- средняя общеобразовательная школа (реализует общеобразовательные программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования);

- средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов (реализует общеобразовательные программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, обеспечивающие дополнительную подготовку обучающихся по одному или нескольким предметам);

- гимназия (реализует общеобразовательные программы основного общего и среднего (полного) общего образования, обеспечивающие углубленную подготовку обучающихся по предметам гуманитарного профиля, а также может реализовывать общеобразовательную программу начального общего образования);

- лицей (реализует общеобразовательные программы основного общего и среднего (полного) общего образования, обеспечивающие дополнительную подготовку обучающихся по предметам технического или естественно-научного профиля, а также может реализовывать общеобразовательную программу начального общего образования).

В рамках нашего исследования сравним особенности начального звена средней общеобразовательной сельской школы и гимназии; рассмотрим их влияние на эмоциональное благополучие детей младшего школьного возраста, которое является важным компонентом здоровья человека в целом.

При сравнении мы будем опираться на два основных положения, которые касаются здоровья и содержатся в Законе РФ «Об образовании» [42]:

- образование носит гуманистический характер; в приоритете стоят общечеловеческие ценности, здоровье человека, а также свободное развитие личности (ст. 2);

- образовательное учреждение обязано создать условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся (ст.51).

Помимо Закона РФ «Об образовании» существует нормативный документ ФГОС НОО (Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования), который определяет сохранение и укрепление здоровья детей как одну из приоритетных задач образования [43].

Результатом решения этой задачи должно стать создание комфортной развивающей образовательной среды.

Рассмотрим особенности начального звена средней общеобразовательной сельской школы и гимназии.

Критерии сравнения	Сельская школа	Гимназия
Реализуемая программа	Общеобразовательная программа начального общего образования с использованием методического обеспечения, которое представлено линиями учебников, учебно-методическими комплектами: «Школа России».	Общеобразовательная программа начального общего образования с использованием методического обеспечения, которое представлено линиями учебников, учебно-методическими комплектами: «Начальная школа XXI века», «Перспективная начальная школа».

Продолжение Таблицы 1

Дополнительное образование	Проектная деятельность.	Научные работы, проектная деятельность.
Педагогический состав	Специалисты второй, возможно, первой категории (высшей); 1 учитель (классный руководитель) ведёт все предметы, кроме физической культуры и иностранного языка.	Специалисты высокой квалификации; классный руководитель, учитель музыки, учитель иностранного языка, учитель физической культуры, учитель танцев.
Оснащение класса	1 компьютер, принтер, проектор, меловая и интерактивная доска;	1 компьютер, принтер, проектор, нетбук на каждого ученика, меловая и интерактивная доска;
Наполняемость класса	От 10 до 20 человек.	От 25 до 30 человек.
Учебная неделя	Пятидневная; одна смена.	Пятидневная; две смены.
Кружки, секции	2-3 занятия в неделю, организованные в школе.	3-4 занятия в неделю, организованные в школе.
Психологическая разгрузка учащихся	Кабинет психолога; организация и осуществление деятельности по оздоровлению учащихся.	Кабинет психолога и психологической разгрузки; организация и осуществление деятельности по оздоровлению учащихся.

Проанализировав полученные данные, можем сделать несколько выводов:

- в сельской школе нагрузка у учащихся меньше, чем у учащихся гимназии;

- классы гимназии оснащены лучше, чем сельской школы. Это может оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на здоровье учащихся;

- в сельской школе отсутствует полноценная психологическая разгрузка учащихся;

- у учащихся гимназии больше возможностей заниматься какой-либо деятельностью вне школы; шире круг общения с другими людьми, чем у учащихся сельской школы;

Опираясь на полученные выводы и на определение эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста, мы можем предположить, что:

- у учащихся гимназии из-за высокой нагрузки (освоение программы с повышенным уровнем сложности, посещение большего количества кружков и секций, ежедневная работа с аппаратурой) есть вероятность преобладания негативного эмоционального состояния, которое может оказывать влияние как на учебную деятельность, отношение с учителями и сверстниками, так и на принятие и адекватную оценку самого себя;

- у учащихся сельской школы нагрузка меньше, чем в гимназии, а это значит, что есть возможность больше времени уделять учёбе, возможно преобладание позитивного эмоционального состояния, позитивного отношения с учителями и сверстниками, возможно как завышенное, так адекватное оценивание самого себя.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

Проблема эмоционального благополучия в настоящее время является одной из наиболее актуальных, которой занимались и продолжают заниматься многие учёные, такие как: Е. П. Арнаутова, Л. И. Божович, А. В. Запорожец, А. Д. Кошелева, В. С. Мухина, Т. А. Репина, А. Рояк, Г. Г. Филиппова.

Согласно исследованиям учёных Л. А. Абрамян, М. И. Лисиной, Т. А. Репиной «эмоциональное благополучие» - это устойчивое эмоционально - положительное самочувствие, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных.

Е. П. Арнаутова, И. Ю. Ильина, А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, Г. А. Свердловва определяют эмоциональное благополучие как устойчиво - положительное, комфортно - эмоциональное состояние, являющееся основой отношения ребёнка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную и эмоционально - волевою сферу, стиль переживания стрессовых ситуаций и отношения со сверстниками.

Нами были рассмотрены основные подходы, в русле которых проводятся исследования эмоционального благополучия.

1. Изучение эмоционального благополучия в контексте эмоционального самочувствия детей и подростков. В рамках этого направления эмоциональное благополучие определено как положительная направленность эмоционального самочувствия.

2. Изучение эмоционального благополучия в контексте значения эмоций в жизни человека и функций, выполняемых ими. В рамках этого направления эмоциональное благополучие может быть определено как показатель успешности эмоциональной регуляции человека.

3. Изучение эмоционального благополучия как неотъемлемой и составной часть психологического благополучия личности в целом. В русле этого подхода эмоциональное благополучие определено как интегральная

характеристика, в которой сфокусированы чувства, обусловленные успешным функционированием всех сторон личности.

Ещё одним не менее важным вопросом в определении эмоционального благополучия является выделение и разграничение критериев, которые раскрывают его содержательные характеристики. К ним относятся: преобладание положительного эмоционального фона; доминирующее состояние спокойствия, удовлетворенности и уверенности; субъективное переживание счастья; направленность на позитивные отношения с другими.

Выделение критериев даёт возможность исследовать взаимосвязи эмоционального благополучия с другими психологическими явлениями и характеристиками, что ещё в большей степени позволяет раскрыть и понять сущность эмоционального благополучия.

Повышенный интерес к проблеме эмоционального благополучия связан с возрастанием нарушений психоэмоционального развития, а дети младшего школьного возраста наиболее подвержены таким нарушениям. Это связано с тем, что при поступлении в школу происходит не только коренное изменение стиля и образа жизни, но и появляются новые требования, которые сильно отличаются по сравнению с дошкольным возрастом: новая социальная роль ученика, принципиально новый вид деятельности — учебная. Меняются не только интересы и ценности ребёнка, но и восприятие своего места в системе межличностных отношений.

Поступление в школу вносит изменения и в эмоциональную сферу младшего школьника. Это происходит в связи с тем, что расширяется содержание деятельности, увеличивается количество эмоциогенных объектов. Те раздражители, которые вызывали эмоциональные реакции у дошкольников, у школьников младших классов уже не действуют.

Необходимо отметить, что начало обучения в школе совпадает с кризисом 7 лет и основными признаками которого являются: потеря непосредственности, манерничанье, симптом «горькой конфеты».

Проанализировав эмоциональную сферу младших школьников, мы выявили, что она характеризуется:

- лёгкой отзывчивостью на происходящие события и окрашенностью восприятия, воображения, умственной и физической деятельности эмоциями;
- непосредственностью и откровенностью выражения своих переживаний (радости, печали, страха, удовольствия/неудовольствия);
- готовностью к аффекту страха;
- эмоциональной неустойчивостью, частой сменой настроений;
- эмоциогенными факторами для младших школьников являются не только игры и общение со сверстниками, но и успехи в учёбе, а также оценка этих успехов учителем и одноклассниками;
- свои и чужие эмоции и чувства слабо осознаются и понимаются; мимика других воспринимается часто неверно, также, как и истолкование выражения чувств окружающими, что приводит к неадекватным ответным реакциям младших школьников.

Эмоциональное благополучие во многом зависит от создания благоприятной среды в учреждении, в котором обучаются дети.

Более подробно мы рассмотрели положения, касающиеся здоровья учащихся, которые закреплены в Законе РФ «Об образовании», а также в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, который определяет сохранение и укрепление здоровья детей как одну из приоритетных задач.

Проанализировав полученную информацию, мы выделили основные характеристики эмоционального благополучия, которые относятся к детям младшего школьного возраста:

- позитивное отношение к себе;
- позитивное отношение с окружающими;
- преобладание позитивного эмоционального фона.

Именно на них мы и будем опираться при экспериментальном исследовании.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В РАЗЛИЧНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.

2.1 Постановка проблемы и анализ результатов проведенного исследования.

Изучив теоретический материал, мы приступили к экспериментальному исследованию, направленному на выявление эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста в различных образовательных учреждениях с последующим сравнением полученных результатов.

Исследование проводилось на базе МБОУ Легостаевской СОШ № 11 имени Р. В. Можнова и МБОУ Гимназии № 16 г. Красноярска. В нём приняли участие 38 обучающихся 1 классов (19 человек из Легостаевской СОШ № 11 им. Р. В. Можнова и 19 человек из Гимназии № 16).

Теоретическое изучение эмоционального благополучия показало, что критериями эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста являются:

- позитивное эмоциональное состояние;
- позитивное отношение к себе;
- позитивное отношение к окружающим.

Каждый из критериев оценивается по 3 уровням: высокий, средний, низкий.

(см. Приложение А табл. 2. - Критерии и уровни эмоционального благополучия младших школьников)

Для диагностики эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста были подобраны методики, позволяющие раскрыть выделенные критерии:

1. «Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки, Р. Амен.

Цель: выявление уровня тревожности.

Тревожность является составляющей частью позитивного эмоционального состояния, которая обеспечивает безопасность человека на психологическом уровне и в тоже время имеет отрицательные следствия. Они заключаются в торможении активности ребёнка, которая направлена на достижение успехов.

(см. Приложение Б - «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, Р. Амен)

2. «Лесенка» В. Г. Щур.

Цель: исследование самооценки.

В младшем школьном возрасте начинает складываться самооценка, под которой понимается обобщённое, но одновременно дифференцированное отношение школьника к себе. Он учится адекватно оценивать свои возможности и способности; приходит понимание того, что успех зависит не только от имеющихся способностей, но и от прилагаемых усилий и старания.

С помощью этой важной личностной инстанции младший школьник способен контролировать свою деятельность и выстраивать собственное поведение в соответствии с общественными нормами.

(см. Приложение В - «Лесенка» В. Г. Щур)

3. «Определение эмоционального отношения» Н. П. Щербо.

Цель: выявить специфику переживаний по отношению к окружающим людям.

В младшем школьном возрасте дети учатся находить общий язык с разными людьми, формируются навыки межличностного общения и нравственного поведения. Поэтому необходимо выявить специфику детских переживаний по отношению к окружающим людям, а также самоощущение младшего школьника в микросоциуме.

(см. Приложение Г - «Определение эмоционального отношения» Н.П. Щербо)

Проанализировав работы младших школьников по первому критерию, были получены следующие количественные результаты:

- высоким уровнем обладают 7 учащихся сельской школы (38%) и 5 учащихся гимназии (26%);

- средним уровнем обладают 6 учащихся сельской школы (31%) и 7 учащихся гимназии (37%);

- низким уровнем обладают 6 учащихся сельской школы (31%) и 7 учащихся гимназии (37%).

Полученные количественные результаты отображены на рисунке 1.



Рис. 1 Позитивное эмоциональное состояние.

При качественном анализе результатов было выявлено, что у учащихся 1 класса сельской школы и гимназии в равной степени выражены средний и низкий уровни (31% и 37%). Это говорит о том, что в ходе исследования младшие школьники в основном выбирали картинку с печальным лицом, что свидетельствует о повышенном уровне тревожности.

Проанализировав работы по второму критерию, были получены следующие количественные результаты:

- высоким уровнем обладают 5 учащихся сельской школы (26%) и 5 учащихся гимназии (26%);

- средним уровнем обладают 8 учащихся сельской школы (42%) и 6 учащихся гимназии (32%);

- низким уровнем обладают 6 учащихся сельской школы (32%) и 8 учащихся гимназии (42%).

Полученные количественные результаты отображены на рисунке 2.

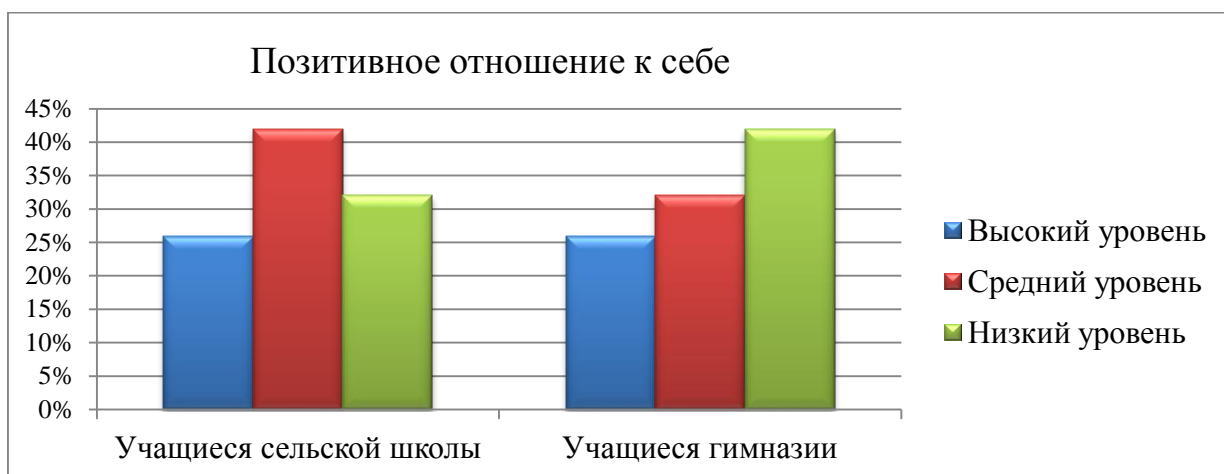


Рис. 2 Позитивное отношение к себе.

При качественном анализе результатов было выявлено, что у учащихся 1 класса сельской школы преобладает средний уровень (42%). Младшие школьники отдали предпочтение 1 и 4 ступеньке, которые характеризуют завышенную и заниженную самооценку. Это свидетельствует о том, что им ещё тяжело оценивать себя объективно.

У учащихся 1 класса гимназии преобладает низкий уровень (42%). Младшие школьники выбрали 5 и 6 ступеньки, которые характеризуют низкую самооценку. Это говорит нам о том, что у учеников возникают серьезные трудности с объективной оценкой самого себя.

Проанализировав работы младших школьников по третьему критерию, были получены следующие количественные результаты:

- высоким уровнем обладают 6 учащихся сельской школы (32%) и 7 учащихся гимназии (36%);
- средним уровнем обладают 6 учащихся сельской школы (32%) и 5 учащихся гимназии (28%);
- низким уровнем обладают 7 учащихся сельской школы (36%) и 7 учащихся гимназии (36%).

Полученные количественные результаты отображены на рисунке 3.

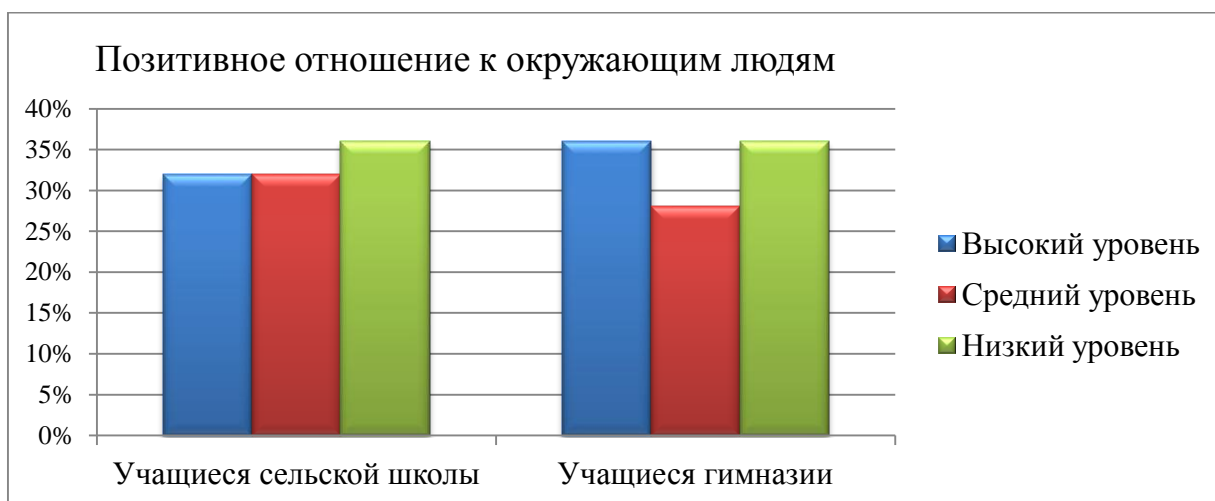


Рис. 3 Позитивное отношение к окружающим.

При качественном анализе результатов было выявлено, что у учащихся 1 класса сельской школы и гимназии преобладает низкий уровень (36%). У младших школьников проявляется негативное отношение к окружающим людям.

Таким образом, проанализировав и сравнив полученные результаты методик, которые раскрывают критерии эмоционального благополучия, можем сделать вывод, что эмоциональное благополучие первоклассников в выбранных образовательных учреждениях различно и находится в пределах среднего и низкого уровня, а это, в свою очередь, подтверждает выдвинутую нами гипотезу.

2.2 Специфика организации групповых занятий для детей младшего школьного возраста разных образовательных учреждений, направленная на изменение эмоционального благополучия.

Опираясь на полученные в ходе констатирующего эксперимента результаты, мы пришли к выводу о том, что в образовательных учреждениях необходимо провести работу, которая поможет младшим школьникам:

- развивать способность к саморегуляции;
- понимать и распознавать эмоциональное состояние друг друга.

Именно поэтому мы разработали программу, целью которой является повышение уровня эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

- повысить отношение младшего школьника к самому себе;
- развить положительное отношение к окружающим людям.

Мы предполагаем, что процесс изменения эмоционального благополучия будет более эффективным и интересным, если организовать работу в форме групповых занятий.

Исходя из этого, нами была разработана программа, состоящая из 3 разделов и включающая в себя 8 занятий. Программа рассчитана на 2 четверти (по 2 занятия в месяц во внеурочное время).

Каждое из занятий состоит из четырёх частей:

1. Ритуал приветствия.
2. Основная часть.
3. Рефлексия.
4. Ритуал прощания.

Важными моментами при организации групповой деятельности являются ритуалы приветствия и прощания, которые способствуют сплочению участников, созданию атмосферы группового доверия, принятия, а также влияют на плодотворность и успешность работы.

Начало занятия должно помочь детям настроиться на совместную деятельность, общение. Окончание занятия - это завершение определенного вида деятельности, но не общения, поэтому ритуал должен, с одной стороны, показать, что занятие закончено, с другой стороны, показать, что дети готовы к конструктивному общению в группе и дома.

Рефлексия на занятиях позволит младшему школьнику взглянуть на себя со стороны, поможет проанализировать свою деятельность, поведение, испытанные чувства и эмоции. Возможно использование как групповой рефлексии, так и индивидуальной.

Для организации занятий были выбраны следующие способы:

1. Коллективно - индивидуальный способ. Группа, состоящая из 6 - 7 человек позволяет сохранить индивидуальный подход к каждому учащемуся. Состав групп будет меняться, он не будет постоянным.

2. Игры - беседы с детьми.

3. Работа со сказками. Сказка - это способ познания реалий мира, который подталкивает ребёнка к размышлениям, формирует в нём нравственные постулаты, учит сильным и ярким человеческим чувствам.

Именно сказки преподносят детям поэтический и многогранный образ своих героев, при этом оставляя простор для воображения. Нравственные понятия, ярко представленные в образах персонажей, закрепляются в реальной жизни и взаимоотношениях с людьми, превращаясь в нравственные эталоны, которыми регулируются желания и поступки. Композиция, противопоставление добра и зла, динамика событий, выразительный язык, особые причинно-следственные связи и явления - всё это делает сказку особенно интересной и волнующей для детей.

Использование сказок позволяет погрузить человека в сказочный мир, где он, на примере персонажей, сможет осознать свои собственные проблемы, взглянуть на себя под другим углом.

4. Театрализация. Используя данный способ организации занятия, дети научатся понимать и воспроизводить мимику, жесты героев, а также это поможет развить чувство эмпатии.

5. Упражнения для расслабления. Умение расслабляться позволяет устранить беспокойство, возбуждение, скованность, восстанавливает силы и увеличивает запас энергии.

(см. Приложение Д – «Программа занятий, направленная на повышение уровня эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста»)

Ниже представлен тематический план занятий для младших школьников.

		Цель занятия	Содержание занятия
Вводное занятие		Познакомить учащихся с предстоящей работой и изучить правила.	Ритуал приветствия; знакомство с правилами; чтение и обсуждение притчи «Веник»; чтение сказки «Репка»; упражнение «Доброе животное»; рефлексия; ритуал прощания.
Раздел 1. «Отношение к себе»	Занятие № 2	Сформировать положительное отношение к себе.	Ритуал приветствия; игра «Угадай, кто это?»; чтение и обсуждение сказки «Костёрчик», работа с персонажами, заполнение детьми сравнительной таблицы; упражнение «Солнечный зайчик»; рефлексия; ритуал прощания.
	Занятие № 3		Ритуал приветствия; беседа; упражнения «Поддержка», «Винт»; рефлексия; ритуал прощания.
Раздел 2. «Отношение к окружающим»	Занятие № 4	Сформировать положительное отношение к окружающим.	Ритуал приветствия; упражнение «Зеркало»; игра со свечкой; игра «Опора»; рефлексия; ритуал прощания.

Продолжение Таблицы 3

	Занятие № 5	Сформировать положительное отношение к окружающим.	Ритуал приветствия; беседа; чтение и обсуждение сказки «Про ёжика Витю; игра-шутка «Сиамские близнецы»; упражнения «Задуй свечу», «Я дарю тебе»; рефлексия; ритуал прощания.
Раздел 3. «Эмоциональное состояние»	Занятие № 6	Сформировать положительное эмоциональное состояние.	Ритуал приветствия; чтение сказки «Про Ежика, который хотел стать добрым»; игры «Угадай эмоцию», «Изобрази эмоцию»; упражнение «Произнеси стихотворение с разной интонацией»; рефлексия; ритуал прощания.
	Занятие № 7		Ритуал приветствия; упражнение «Волки и овцы»; беседа; упражнение «Звуки прибоя»; рефлексия; ритуал прощания.

Продолжение Таблицы 3

Заключительное занятие	Выявить, есть ли необходимость проводить подобного рода занятия.	Ритуал приветствие; театрализация «Репка»; создание детьми памятки; демонстрация детьми «Тетрадь моих достижений» с мини-рассказом о самом важном достижении; игра «Рулет»; рефлексия; ритуал прощания.
------------------------	------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Мы предполагаем, что разработанная нами программа положительно повлияет на процесс повышения эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

Используя знания, полученные в ходе изучения теоретического материала по проблеме исследования, мы выявили, что критериями эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста являются:

- позитивное эмоциональное состояние;
- позитивное отношение к себе;
- позитивное отношение к окружающим.

Для диагностики эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста были подобраны следующие методики:

1. «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, Р. Амен;
2. «Лесенка» В. Г. Щур;
3. «Определение эмоционального отношения» Н. П. Щербо.

Анализ констатирующего среза по методике «Выбери нужное лицо» показал, что повышенный уровень тревожности имеет большинство учащихся не только сельской школы, но и гимназии.

По методике «Лесенка» было выявлено, что для учащихся первого класса сельской школы характерна завышенная и заниженная самооценка. Большинство младших школьников гимназии имеют низкую самооценку, они испытывают чувство неуверенности в себе, во всех своих начинаниях ждут только неуспеха, не умеют оценивать себя объективно.

Анализ результатов по методике «Определение эмоционального отношения» показал, что у учащихся как сельской школы, так и гимназии проявляется негативное отношение к окружающим людям.

На основе анализа полученных в ходе экспериментальной деятельности результатов, мы можем сказать, что:

- эмоциональное благополучие первоклассников в выбранных образовательных учреждениях действительно различно и находится в пределах среднего и низкого уровня;

- в образовательных учреждениях необходимо провести работу, которая поможет младшим школьникам развивать способность к саморегуляции, понимать и распознавать эмоциональное состояние друг друга.

Исходя из этого, нами была разработана программа, состоящая из 3 разделов и включающая в себя 8 групповых занятий.

Каждое из занятий состоит из четырёх частей:

1. Ритуал приветствия.
2. Основная часть.
3. Рефлексия.
4. Ритуал прощания.

Мы считаем, что ритуалы приветствия и прощания являются важными моментами при организации групповой деятельности, так как они способствуют сплочению участников, созданию атмосферы группового доверия, а также влияют на плодотворность и успешность работы.

Для организации занятий нами были выбраны следующие способы:

1. Коллективно - индивидуальный способ.
2. Игры - беседы с детьми.
3. Работа со сказками.
4. Театрализация.
5. Упражнения для расслабления.

Мы предполагаем, что разработанная нами программа положительно повлияет на процесс повышения уровня эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проблема эмоционального благополучия является одной из наиболее актуальных проблем современности, которой занимались и продолжают заниматься многие учёные.

В ходе теоретического анализа литературы, нами было рассмотрено несколько различных определений понятия «эмоциональное благополучие».

В нашей работе мы опирались на определение эмоционального благополучия, которое выделили учёные Е. П. Арнаутова, И. Ю. Ильина, А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, Г. А. Свердлова. Они определяют его как устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние, являющееся основой отношения ребёнка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную и эмоционально - волевою сферу, стиль переживания стрессовых ситуаций и отношения со сверстниками.

Нами были рассмотрены основные подходы к изучению эмоционального благополучия, выделены критерии, позволяющие раскрыть его содержательные характеристики.

Повышенный интерес к проблеме эмоционального благополучия связан с возрастанием нарушений психоэмоционального развития, а дети младшего школьного возраста наиболее подвержены таким нарушениям. Это связано с тем, что при поступлении в школу происходит не только коренное изменение стиля и образа жизни, но и появляются новые требования, которые сильно отличаются по сравнению с дошкольным возрастом: новая социальная роль ученика, принципиально новый вид деятельности — учебная. Меняются не только интересы и ценности, но и восприятие своего места в системе межличностных отношений.

Поступление в школу вносит изменения и в эмоциональную сферу младшего школьника. Те раздражители, которые вызывали эмоциональные реакции у дошкольников, у школьников младших классов уже не действуют.

Необходимо учитывать, что эмоциональное благополучие во многом зависит от создания благоприятной, безопасной среды в учреждении, в котором обучаются дети.

Проанализировав всю полученную информацию, нами были выделены основные характеристики эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста, к которым относятся: позитивное эмоциональное состояние, позитивное отношение к себе и к окружающим людям.

На основе анализа результатов, полученных в ходе экспериментальной деятельности, было выявлено, что эмоциональное благополучие младших школьников в различных образовательных учреждениях действительно неодинаково и находится в пределах среднего и низкого уровня.

Также анализ результатов подтвердил, что в образовательных учреждениях необходимо провести работу, которая поможет младшим школьникам развивать способность к саморегуляции, понимать и распознавать эмоциональное состояние друг друга.

Мы предполагаем, что разработанная нами программа положительно повлияет на процесс изменения эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1.Аболин, Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. / Л.М. Аболин; - Казань: Изд. Казанского ун-та, - 1987. - с. 262.
- 2.Анохин, П.К. Эмоции. - БМЭ, 2-е изд., 1994, т. 35, с. 339.
- 3.Бадулина, О.И. Педагогические основы эмоционального благополучия. - М., 1998. - 125 с.
- 4.Бодалёв, А.А. Восприятие и понимание человека человеком М.: Просвещение, 2012. С. 98.
- 5.Божович, Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. М.: Педагогика, 2012. 297 с.
- 6.Бугаева, Н.Н. Комфорт младших школьников в образовательной деятельности. «Начальная школа», 2004, №4.
- 7.Ветрова, В.В. Уроки психологического здоровья/ В.В. Ветрова. -М.: Академия, 2000. – 192 с.
- 8.Выготский, Л.С. Кризис 7 лет// Собр. соч.: В 6 Т. -М., 1984.-Т.4.
- 9.Гамезо, М.В. Возрастная и педагогическая психология. М.: Наука, 2011. 255 с.
10. Гильбух, Ю.З. Учитель и психологическая служба школы: учебник / Ю.З. Гильбух. - Киев: Парус, 1993. - 54 с.
- 11.Гиппенрейтер, Ю.Б., Фаликман М.В. Психология мотиваций и эмоций. Хрестоматия. -М.: АСТ: Астрель, 2009.-704 с.
12. Дубровина, И. В. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики. - М.: Педагогика, 1991. -232с.
- 13.Дубровина, И. В.,Данилова, Е.Е., Прихожан, А.М. 2-е изд., - М.: Академия, 2003 - 464 с.
- 14.Егоров, И.В. Развитие «Я-концепции» у детей младшего школьного возраста. «Начальная школа», 2002, №3.
- 15.Ефимов, В.Ф. Гуманизация образовательной среды в школе как условие личностно-ориентированного образования. «Начальная школа», 2007, №11

- 16.Злобина, Е.Г. Общение как фактор развития личности. М.: Наука, 2011.- 197 с.
- 17.Изард, К.Е. Психология эмоций /К.Е. Изард.- М.:Просвещение, 2000.- 464 с.
- 18.Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребёнка / Е. И. Изотова. – М.: Академия, 2004. – 288 с.
- 19.Ильин, Е.П. Эмоции и чувства. Мастера психологии СПб.: Изд. «Питер», 2001.-752с.
- 20.Кипина, О.А., Чистякова, Е.В. Педагогические условия формирования эмоционального благополучия у детей// Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук -2014 - №2 – с. 89-91.
- 21.Кошелева, А.Д., Перегуда, В.И., Эмоциональное развитие младших школьников: уч.пособие М.: Академия, 2003.-168с.
- 22.Кулагина, И.Ю. Возрастная психология - М.: Изд. Ун-та Российской академии образования, 1998. - с .120.
- 23.Куликов, Л.В. Психология настроения. - СПб.:Изд. СПбГУ, 1997. – 54с.
- 24.Куликов, Л. В. Дмитриева, М. С., Долина, М. Ю., Иванов, О. В., Факторы психологического благополучия личности// -Изд. СПбГУ, 1997. - С. 342-350.
- 25.Куницына, В.Н. Межличностное общение. СПб.: Питер, 2012. 215 с.
- 26.Кураев, Г.А., Пожарская, Е.Н. Возрастная психология. Ростов-на-Дону., 2002. - 146 с 26.
27. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. М., 1971. – с.39.
- 28.Лук, А.Н. Эмоции и чувства / А. Н. Лук. - М.: Знание, 1972. - 19 с.
- 29.Люблинская, А.А. Учителю о психологии младшего школьника. М., 1977. - с .130.
- 30.Немов, Р. С. Психология. Т.2 / Р. С. Немов. – М.: Владос, 1998. – 606 с.
- 31.Никифоров, А.С. Эмоции в нашей жизни / А. С. Никифоров. М.: Современная Россия, 1974. – 132 с.
- 32.Николаева, М.В. Педагогическая поддержка младших школьников: условия и приемы. «Начальная школа», 2006, №9.

- 33.Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии. В 2 т. Т. 2. - М.: Педагогика, 1989. - с .328.
- 34.Селевко, Г.К. Современные образовательные технологии. М.: Просвещение, 2014. 253 с.
- 35.Сулейманова, С.С. Исследование условий и факторов эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста // Молодой ученый. - 2017.- №23. - с. 287-290.
- 36.Тарабакина, Л.В. Эмоциональное здоровье школьника: теория и практика психологического сопровождения. / Л. В. Тарабакина. - Нижний Новгород, 2000. - 324 с.
- 37.Урунтаева, Г.А., Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии. М.: Изд. «Владос», 1995. -296с.
- 38.Филиппова, Г.Г. Эмоциональное благополучие ребенка и его изучение в психологии // Детский практический психолог. - М.: Просвещение, 2001. - с. 195 - 203
- 39.Шингаров, Г.К. Эмоции и чувства как форма отражения действительности / Г. К. Шингаров. - М.: Наука, 1971. - 347 с.
- 40.Щемелева, О.Ю. Организация учебно-воспитательного процесса в режиме охраны высшей нервной деятельности. «Начальная школа», 2007, №2
- 41.Теория эмоций Джеймса-Ланге. Электронный ресурс [http://www.psychologos.ru]
42. Закон РФ «Об образовании». Электронный ресурс [http://zakon-ob-obrazovanii.ru]
- 43.Федеральный государственный стандарт начального общего образования. Электронный ресурс [https://минобрнауки.рф/документы/922]
- 44.Элькин, Д.Б, Венгер, А. Л. Особенности психологического развития детей 6-7-летнего возраста. - М: 1988. - с .230.
- 45.Якобсон, П.М. Эмоциональная жизнь школьника / П. М. Якобсон. – М.: Просвещение, 1966. 169 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ А

Таблица 2 – Критерии и уровни эмоционального благополучия младшего школьника.

Критерий	Уровни			Методика
	Высокий	Средний	Низкий	
Эмоциональное состояние	от 0 до 30%	от 30 до 50%	выше 50%	«Выбери нужное лицо» Р. Тэмпл, М. Дорки, Р. Амен
Отношение к себе	Сформировано положительное отношение к себе; умеет оценивать себя и свою деятельность.	Сформировано неопределенное отношение к себе, слабо развита рефлексия, оценивает себя и свою деятельность по ситуации.	Ситуация школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия.	«Лесенка» В. Г. Щур
Отношение к окружающим	Полное удовлетворение от совместной деятельности, сформировано положительное отношение к окружающим.	Сформировано неопределённое отношение к окружающим и к совместной деятельности.	Отсутствует удовлетворение от совместной деятельности; сформировано негативное отношение к окружающим.	«Определение эмоционального отношения» Н. П. Щербо

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Методика «Выбери нужное лицо» Р. Тэммл, М. Дорки, Р. Амен

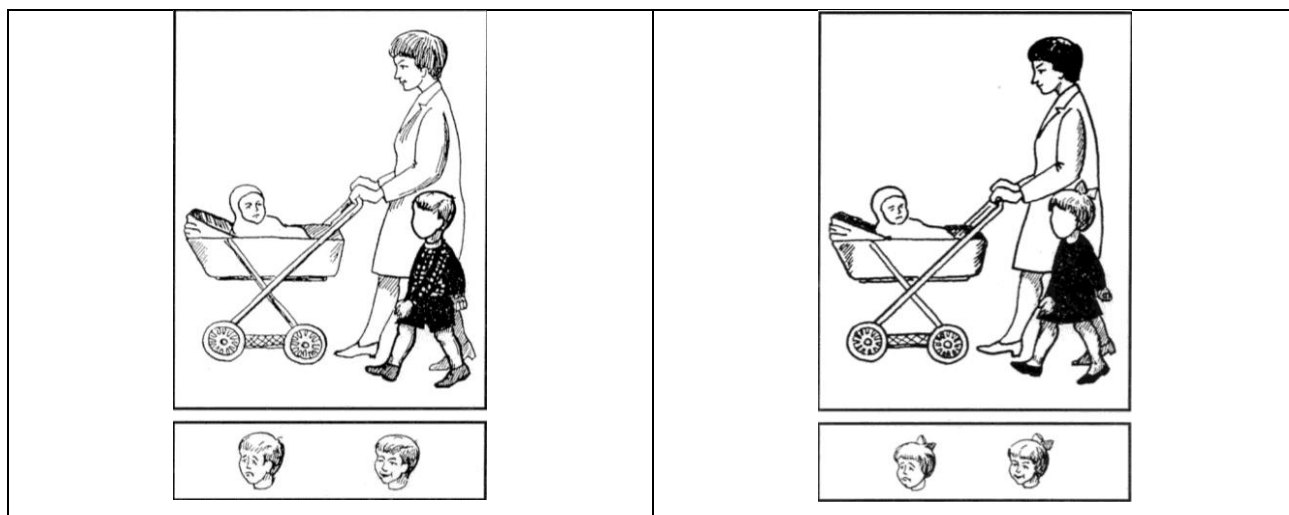
Данная методика позволяет определить уровень тревожности ребёнка в жизненных ситуациях. Степень тревожности свидетельствует об уровне эмоциональной приспособленности к социальным ситуациям.

Методика представляет собой стимульный материал в виде серии рисунков. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребёнка ситуацию. Лицо ребёнка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное.

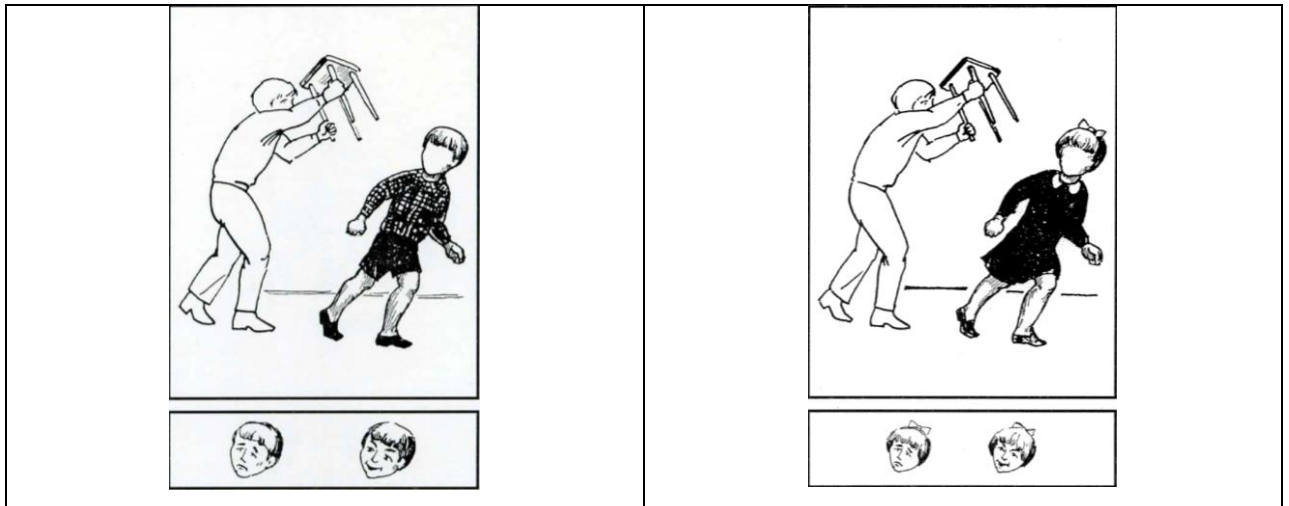
Рисунки показывают в строго перечисленном порядке один за другим. Предъявив рисунок, исследователь даёт инструкцию.

Инструкция:

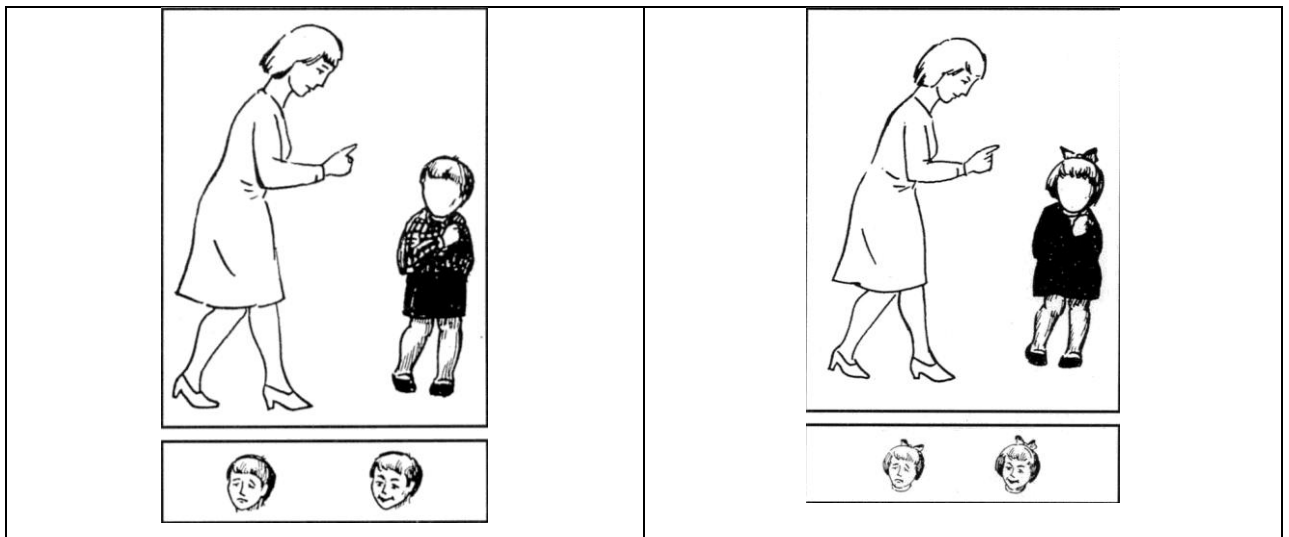
1. Ребёнок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом»



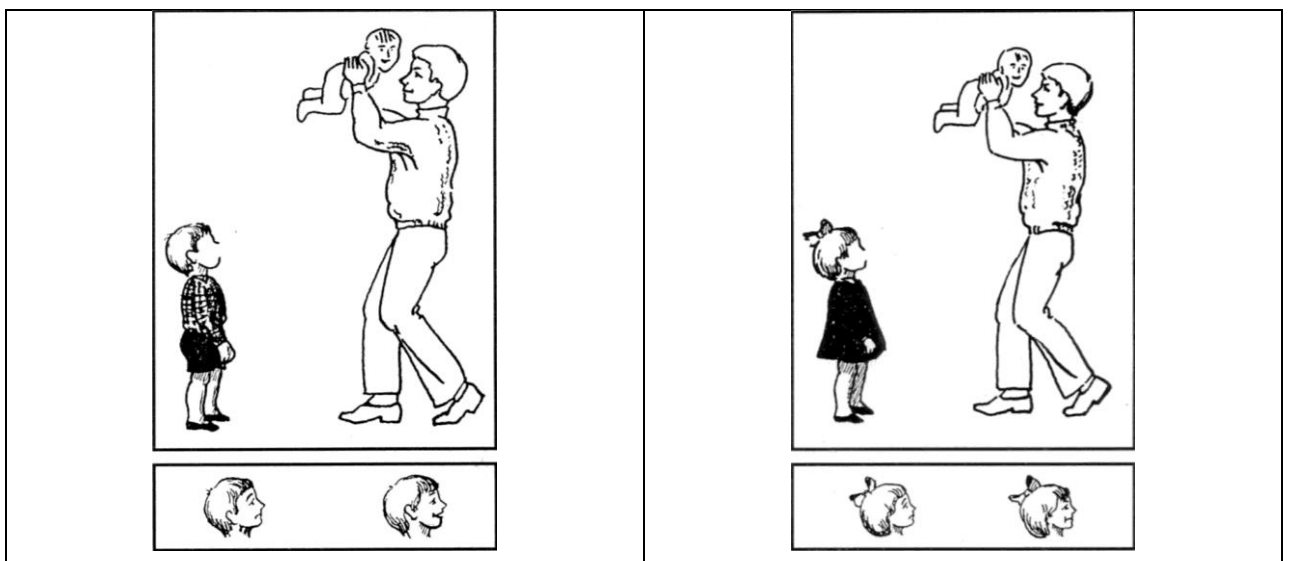
2. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»



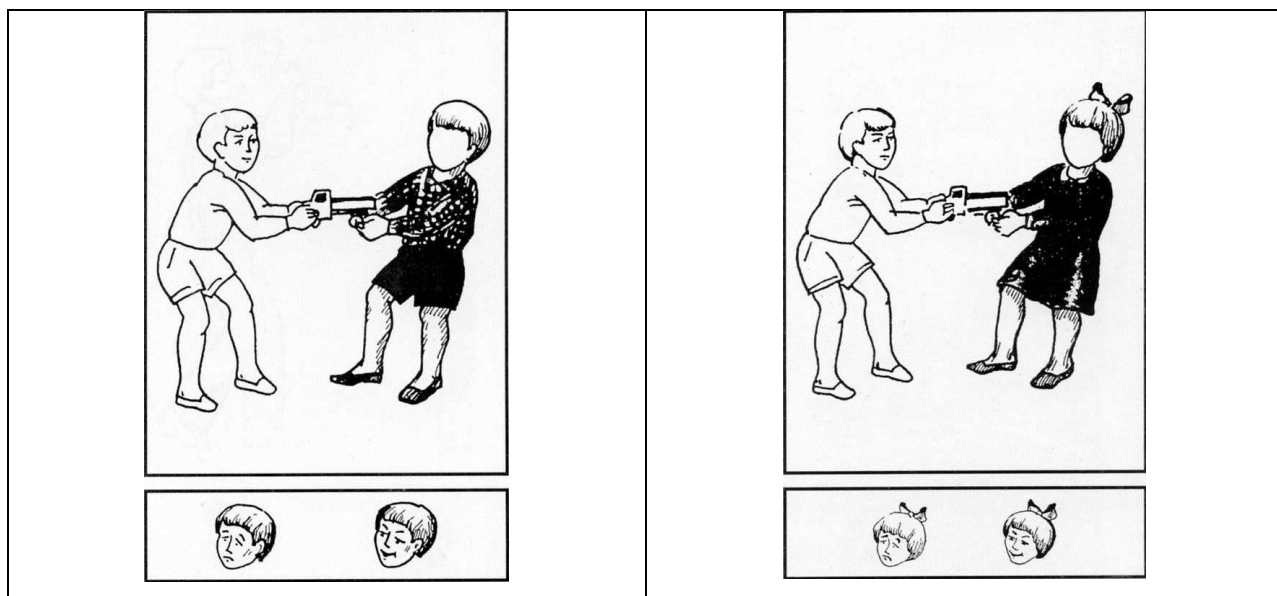
3. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»



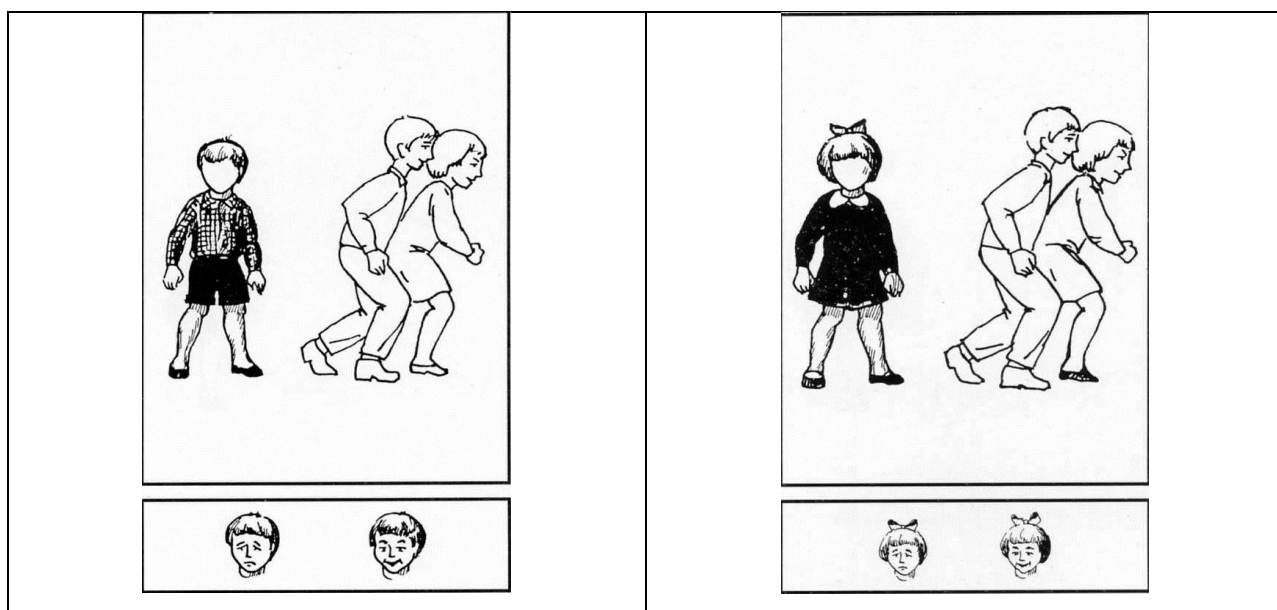
4. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: весёлое или печальное?»



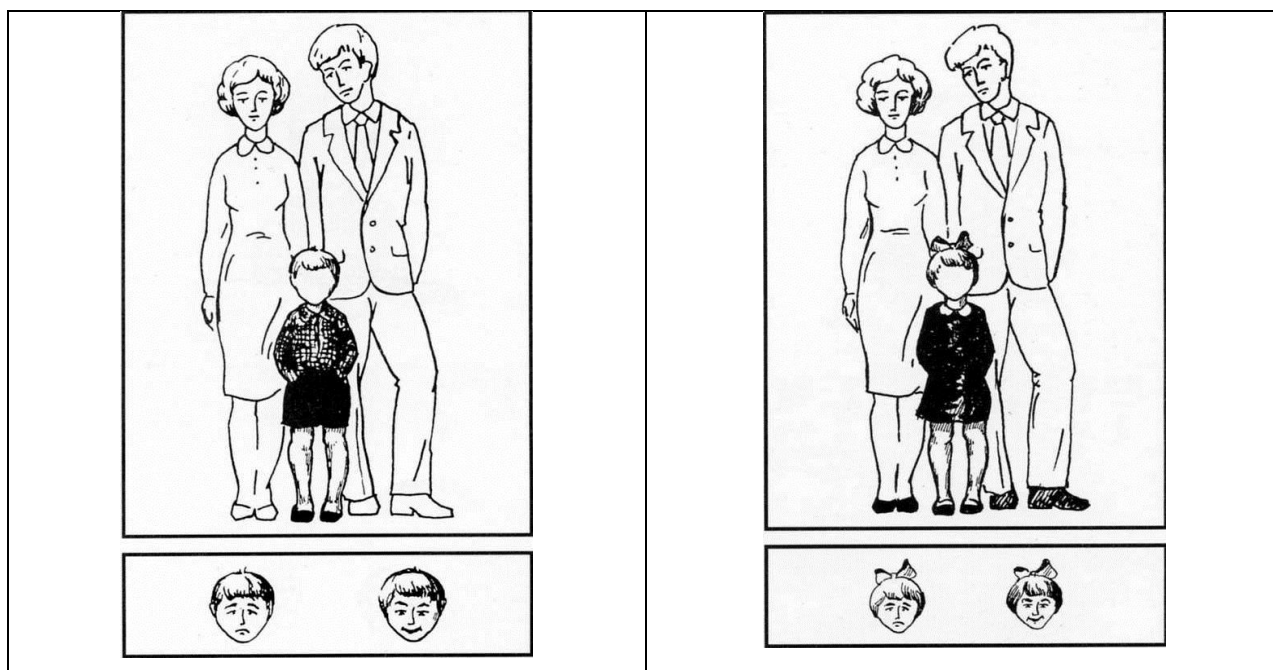
5. Агрессивное нападение «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»



6. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»



7. Ребёнок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой»



Во избежание навязывания выборов у ребёнка в инструкции чередуется название лица. Дополнительные вопросы не задаются.

Все выборы фиксируются.

На основании зафиксированных данных вычисляется индекс тревожности ребенка (ИТ), который равен процентному отношению числа эмоционально негативных выборов (печальное лицо) к общему числу рисунков (7):

$$\text{ИТ} = \frac{\text{Число негативных эмоциональных выборов}}{7} \times 100\%$$

Данные распределяются по уровням:

Высокий уровень - ИТ выше 50%.

Средний уровень - ИТ от 30 до 50%;

Низкий уровень - ИТ от 0 до 30%;

Результаты методики «Выбери нужное лицо» (Р. Тэмпл, М. Дорки, Р. Амен) представлены в Таблице 4 и в Таблице 5.

Таблица 4.

МБОУ Легостаевская СОШ №11 им. Р. В. Можнова																				
№ карточки	Имя Ф.																			
	Александр М.	Варвара Ц.	Василиса Ц.	Георгий П.	Дарья С.	Екатерина П.	Елена М.	Ирина Н.	Кристина В.	Мария Ч.	Максим С.	Наталья К.	Надежда К.	Надежда Ш.	Николай Г.	Ольга Г.	Полина М.	Юлия Д.	Янина М.	
1.	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
2.	-	-	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	+	+
3.	+	-	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	+	+
4.	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
5.	+	+	+	-	-	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	+
6.	+	+	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	-
7.	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+

Таблица 5.

МБОУ Гимназия №16																				
№ карточки	Имя Ф.																			
	Анна Р.	Александр Ч.	Владимир С.	Дарина М.	Евгения П.	Елизавета Г.	Ильдар Э.	Кристина М.	Лолита С.	Марина Ч.	Мария В.	Олег Л.	Пётр И.	Руслан И.	Светлана П.	София В.	Софья Д.	Феодосий М.	Ярослав З.	
1.	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-
2.	-	+	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	-	+	+	-
3.	+	-	+	+	+	-	+	-	-	-	-	-	-	+	-	+	+	-	-	-
4.	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	-
5.	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	-	+	+
6.	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	-	-	-	+	+	+	+
7.	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-

ПРИЛОЖЕНИЕ В

Методика «Лесенка» В. Г. Щур

Данная методика позволяет выявить представления школьника о том, как он оценивает себя.

При исследовании был выбран групповой вариант, который позволяет оперативно выявить уровень самооценки.

Каждому ученику выдаётся карандаш и лист с нарисованной лесенкой, состоящей из семи ступенек, а также рисунок дублируется на доску. Предъявив рисунок, исследователь объясняет, что делать.

Инструкция: «Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя?».

При необходимости инструкция повторяется.

<p>Значение ступенек:</p> <p>1 ступенька - завышенная самооценка.</p> <p>2, 3 ступенька - адекватная самооценка.</p> <p>4 ступенька - заниженная самооценка.</p> <p>5, 6 ступенька - низкая самооценка.</p> <p>7 ступенька - резко заниженная самооценка.</p>	
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------

Выбор ступенек оценивается по уровням:

Высокий уровень- выбор 2,3 ступеньки;

Средний уровень -выбор 1,4 ступеньки;

Низкий уровень -выбор 5,6,7 ступенек.

Результаты методики «Лесенка» (В.Г. Щур) представлены в Таблице 6 и в Таблице 7.

ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Методика «Определение эмоционального отношения» Н.П. Щербо

Данная методика помогает выявить специфику детских переживаний по отношению к окружающим людям.

В качестве стимульного материала используют схематические карточки-изображения различных эмоциональных состояний, с помощью которых ребёнок будет осуществлять фиксацию своих чувств по отношению к окружающим людям. В нашем случае: к учителю, к сверстникам, друзьям.


Младшим школьникам предлагается следующий набор слов:



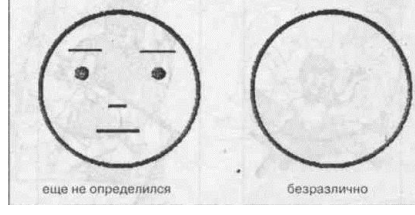
1. Учитель (классный руководитель);
2. Учитель физической культуры;
3. Психолог;
4. Мой класс;
5. Мои друзья.

Диагностика проводится индивидуально. Очень важно, чтобы ребёнок понял различное содержание и различную степень эмоций, выраженных в рисунках.

Инструкция: «Посмотри, какие рожицы нарисованы на картинках. Скажи, пожалуйста, они одинаковые или разные? Чем они отличаются?»

Давай договоримся:

<p>1. Две весёлые рожицы будут означать, что человеку что-то очень нравится, он испытывает приятные и радостные чувства.</p>	
<p>2. Две грустных рожицы будут означать, что человеку очень грустно, у него плохое настроение или он очень сильно чем-то недоволен.</p>	

3. Одна веселая и одна грустная рожица будут означать, что человек испытывает то радость, то печаль по отношению к чему-либо, т. е. ему одновременно нравится и не нравится.	
4. Одна грустная и одна веселая рожицы будут означать, что человек иногда испытывает положительные чувства, а иногда отрицательные, т.е. иногда нравится, иногда нет.	
5. Рожица, выражающая спокойствие, и пустой кружок, будут означать, что человек ещё не определился, какие чувства он испытывает, хотя и безразличен к чему-либо.	

Теперь я буду называть тебе слова, означающие что-либо знакомое, известное, а ты, подумав, какие чувства у тебя при этом возникают будешь выбирать те карточки, которые наиболее точно отражают твои чувства».

Все выборы ребёнка фиксируются.

Каждая карточка оценивается по-разному:

- 1 карточка - позитивное отношение;
- 2, 3, 4 карточка – неопределённое отношение;
- 5 карточка – негативное отношение.

Если была выбрана картинка, которая соответствует позитивному отношению к окружающим, то за каждое из 5 слов ученик получал 3 балла;

Если была выбрана картинка, которая соответствует неопределённому отношению к окружающим, то за каждое из 5 слов ученик получал 2 балла;

Если была выбрана картинка, которая соответствует негативному отношению к окружающим, то за каждое из 5 слов получал 1 балл.

Полученные значения распределились по уровням следующим образом:

Высокий уровень 11-15 б.;

Средний уровень 6-10 б.;

Низкий уровень 0-5 б.

Результаты методики «Определение эмоционального отношения» Н.П.

Щербо представлены в Таблице 8 и в Таблице 9.

Таблица 8.

МБОУ Легостаевская СОШ №11 им. Р. В. Можнова																			
№ слова	Имя Ф.																		
	Александр М.	Варвара Ц.	Василиса Ц.	Георгий П.	Дарья С.	Екатерина П.	Елена М.	Ирина Н.	Кристина В.	Мария Ч.	Максим С.	Наталья К.	Надежда К.	Надежда Ш.	Николай Г.	Ольга Г.	Полина М.	Юлия Д.	Янина М.
1.	1	2	2	2	3	2	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	2	1	3
2.	1	2	3	1	3	3	1	5	5	5	5	2	5	5	2	5	2	1	3
3.	1	3	4	1	2	3	2	5	5	5	5	1	5	5	1	5	2	1	3
4.	1	3	2	1	3	3	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	2	1	2
5.	1	2	2	1	3	3	1	5	5	5	5	1	5	5	1	5	2	1	2

Таблица 9.

МБОУ Гимназия №16																			
№ карточки	Имя Ф.																		
	Анна Р.	Александр Ч.	Владимир С.	Дарина М.	Евгения П.	Елизавета Г.	Ильдар Э.	Кристина М.	Лолита С.	Марина Ч.	Мария В.	Олег Л.	Пётр И.	Руслан И.	Светлана П.	София В.	Софья Д.	Феодосий М.	Ярослав З.
1.	2	1	2	1	5	1	5	2	2	5	1	5	2	5	1	5	5	1	1
2.	3	1	2	1	5	2	5	3	4	5	1	5	2	5	1	5	5	2	1
3.	4	1	4	2	5	1	5	3	4	5	1	5	2	5	2	5	5	1	1
4.	2	1	2	1	5	1	5	2	2	5	1	5	2	5	1	5	5	1	1
5.	2	1	2	1	5	1	5	2	2	5	1	5	2	5	1	5	5	1	1

ПРИЛОЖЕНИЕ Д

Программа занятий, направленная на изменение эмоционального благополучия младших школьников.

Цель: повысить уровень эмоционального благополучия детей младшего школьного возраста.

Задачи программы:

- повысить отношение младшего школьника к самому себе;
- развить положительное отношение к окружающим людям.

Вводное занятие.

Цель: познакомить учащихся с предстоящей работой и изучить правила.

1. Ритуал приветствия «Здравствуй!»

Дети сидят на стульях, которые расставлены полукругом. Учитель встаёт по центру, чтобы видеть всех школьников и произносит:

Улыбнитесь всем вокруг

И скорей вставайте в круг

Мячик ты передавай,

Имя друга называй.

Начинает педагог, например: «Здравствуй, Маша (улыбается и передаёт мяч). Так продолжается до тех пор, пока все дети не поздороваются.

2. Основная часть.

Беседа о предстоящей работе.

- Ребята, нам с вами предстоит увлекательная работа. На наших занятиях мы с вами научимся многим интересным вещам, частично вы это умеете делать, но мы постараемся довести ваши навыки до совершенства.

Наши занятия будут отличаться от обычных уроков, на них активную роль будете занимать вы. Да, именно от вас будет зависеть, насколько интересными, динамичными и насыщенными будут наши встречи. Вы будете выполнять совместные задания, играть и учиться новому.

Работа на занятиях будет осуществляться в группах, с постоянно меняющимися участниками. Чтобы работа оказалась продуктивной, нам с

вами необходимо определиться с правилами, которых будет придерживаться каждый из вас, при работе в группе. Как вы думаете, какими должны быть правила, чтобы наша работа удалась?

А чтобы вам было легче их запомнить, давайте выучим стишок.

(На доске вывешиваются правила в виде ромашки.)

Чтобы на занятиях все проходило отлично шесть правил нужно выполнять:

- по очереди отвечать, друг друга не перебивать,
- активным быть, все выполнять,
- по имени всех называть,
- друг над другом не смеяться
- и чаще улыбаться.

Знакомство с древней притчей «Веник»

Цель: сплотить группу для дальнейшей плодотворной работы.

«У одного старика было три сына. И они никак не могли ужиться вместе. Старику очень хотелось, чтобы после его смерти сыновья жили в мире. Он решил научить их этому.

Однажды, отец позвал их к себе и попросил разломать пополам веник. Сначала попробовал старший сын, но, сколько он не старался — ничего не получилось. Такие же неудачи постигли среднего и младшего. Тогда отец развязал веник, и попросил каждого сына разломать по несколько соломинок. Это, конечно же, им с лёгкостью удалось.

Тогда отец сказал:

- Вот также и в жизни. Если вы будете вместе, то вас никто не сломит, а по отдельности вас также легко победить, как и сломать пару соломинок.»

Обсуждение притчи.

А давайте сравним её со сказкой, которую вы хорошо все знаете.

А чтобы узнать, что же это за сказка, вам необходимо отгадать загадку.

Круглый бок, жёлтый бок,

Сидит в грядке колобок.

Врос в землю крепко.

Что же это? (Репка.)

Молодцы! Давайте с вами вспомним, а благодаря чему нашим героям удалось вытащить репку из земли?

Чем схожи притча «Веник» и сказка «Репка»? В чём заключается сила?

Упражнение «Доброе животное»

Цель: сплотить младших школьников.

Наши персонажи сплотились, помогли друг другу и смогли вытащить репку. Давайте и мы с вами попробуем стать одним целым. Встаньте, пожалуйста, в круг и возьмитесь за руки. Представьте, что мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад.

3. Рефлексия «Тетрадь моих достижений»

Педагог предлагает детям завести тетрадь, в которую они будут записывать свои успехи и достижения. Её не нужно будет сдавать на проверку. Таким образом, опираясь на свои записи или зарисовки, дети смогут проанализировать и объективно оценить себя, свою деятельность.

4. Ритуал прощания «Аплодисменты»

Дети встают в круг и хлопают друг другу, а педагог благодарит за работу.

Занятие № 2

Цель: сформировать положительное отношение к себе.

1. Ритуал приветствия «Назови ласково своё имя»

Сегодня такой чудесный день, у меня очень хорошее настроение. Чтобы оно было такое же чудесное у вас, давайте назовём ласково каждый своё имя.

2. Основная часть.

Игра «Угадай, кто это?»

Цель: показать школьникам их позитивные стороны.

Педагог предлагает детям догадаться, о ком он будет говорить. Затем, давая описания внешности каждого ребёнка, подчеркивает их позитивные черты, например: У этой девочки светлые волосы, аккуратная причёска, милая улыбка и т.д.

Чтение сказки «Костёрчик». Возможно прослушивание аудиозаписи сказки.

Цель: развить уверенность в себе и в своих силах.

«Жил недалеко от города в лесу маленький Костёрчик. У него были такие маленькие язычки, что его и костром-то люди не хотели называть, а говорили про него: «Так, какой-то костерчик». Ему очень обидно было слушать такие слова, но уж очень он боялся разгореться по-настоящему. Он не знал, что из этого всего получится, поэтому и боялся. Вдруг у него ничего не выйдет, только все будут смеяться над ним: как он старается, потрескивает, раздувает свои язычки. Некоторые люди, проходившие мимо, говорили: «Что от него толку - ни обогреть, ни осветить не может», а другие и вовсе хотели его потушить,- зачем, мол, он тут горит такой никчемный.

Горько вздыхал Костёрчик, слушая все это и поблескивая своими маленькими язычками. А вот во сне ему снилось, что он большой красивый Костёр, который ярко горит и играет своими мощными языками пламени, освещая все вокруг. Но наступало утро, и он снова никак не мог решиться разгореться по-настоящему во всю силу.

Так наступила осень, и стало в лесу очень холодно и сыро. Бежала как-то по лесу Мышка, вся шубка которой промокла. Увидел Костерчик замерзшую Мышку, жалко ему ее стало, но он только вздохнул: «Я бы обогрел тебя, Мышка, мне очень хочется быть настоящим Костром, но только я боюсь, что у меня из этого ничего не выйдет». Тут Мышка спросила его: «А ты хоть раз попробовал сделать что-нибудь, чтобы стать настоящим Костром?» Он отвечал: «Нет, я не уверен, что у меня получится».

«Да ты что,- пропищала Мышка, — я знаю одну тайну, мне ее рассказала старая сова, она все точно знает: каждый маленький Костерчик может стать

настоящим Костром, для этого нужно просто хоть раз попробовать!» Костерчик весь сжался от страха – «Вдруг я погасну, если попробую». Но уж очень ему хотелось стать настоящим Костром и так хотелось обогреть Мышку, что он решился. Зажмурился, набрал в себя воздуха и как встрепенулся! Открыл глаза и понял, что все изменилось – у него появились такие мощные языки, он стал так звонко потрескивать дровами – как здорово! - и все оказалось не так страшно. Развеселился Костер, разыгрался и подумал: «Чего же я боялся, давно надо было попробовать». Поблагодарил он Мышку, которая сразу же согрелась и высушила свою шубку, и сказал, что он всегда будет обогревать её.

Теперь его было видно издалека. А люди, когда пришли в лес, не поверили своим глазам. Они теперь говорили: «Вот какой у нас Костёр! Теперь мы можем греться у него сколько угодно!»

С тех пор Костёр всем светит ярко-ярко, а по вечерам рассказывает зверушкам историю о том, как он стал большим и красивым.

Он говорит всем: «Никогда не бойтесь пробовать, потому что даже самый маленький Костерчик может стать большим и красивым Костром. Стоит только хоть раз попробовать. Теперь-то я это точно знаю».

Почему Костёрчик боялся разгореться? Из-за чего Костёрчик все-таки решился разгореться? Какую тайну Костёрчик узнал от Мышки?

Работа с персонажами, заполнение детьми сравнительной таблицы.

Мы с вами прочитали/прослушали сказку про то, как маленький Костёрчик стал большим Костром. Давайте с вами сравним, как себя ощущал Костерчик сначала и как чувствовал себя после того, как стал настоящим Костром?

Костёрчик	Костёр

Упражнение «Солнечный зайчик»

Мы прочитали с вами про Костёрчика, который стал Костром и согрел своим теплом Мышку. А к нам в гости заглянул маленький друг солнышка, это солнечный зайчик. Я попрошу вас сесть поудобнее и внимательно меня послушать. Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладошками: на лбу, на носу, на ротике, на щёчках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, ручки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник – он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним (повторить 2-3 раза).

3. Рефлексия.

4. Ритуал прощания «Встретимся опять»

Все дети дружно встают в круг, протягивают вперед левую руку (получается пирамида из ладошек) и говорят слова: «Раз, два, три, четыре, пять – скоро встретимся опять!».

Занятие № 3

Цель: сформировать положительное отношение к себе.

1. Ритуал приветствия «Наша добрая улыбка»

Пусть наша добрая улыбка (руки прикасаются к уголкам губ)

Согреет всех своим теплом, (руки прикладываются к сердцу)

Напомнит нам, как важно в жизни (руки вперед, как солнечные лучи)

Делиться счастьем и добром! (руки в стороны)

Здравствуйте!

2. Основная часть.

Давайте вспомним, о чем мы говорили на прошлом занятии?

Упражнение «Поддержка»

Цель: научить объективно оценивать себя, принимать себя таким, какой есть.

Каждому ребёнку по очереди предлагается закончить предложение: «Меня могут не любить люди за...». Сосед справа поворачивается к нему и

произносит: «Все равно ты молодец, потому что...». Таким образом, называя положительные черты этого человека, он оказывает ему поддержку. После происходит обсуждение:

Какая часть задания была для вас наиболее приятной – первая или вторая?

Что вы чувствовали, когда называли свои отрицательные качества?

Что вы чувствовали, когда слышали от другого о своих положительных качествах?

Упражнение «Винт»

Ребята, давайте попробуем превратиться в винт. Для этого поставьте пятки и носки вместе. По моей команде «Начали!» будем поворачивать корпус то влево, то вправо. Одновременно с этим руки будут свободно следовать за корпусом в том же направлении. Начали! ...Стоп! Повторяем 3-4 раза.

3. Рефлексия.

4. Ритуал прощания «Встретимся опять»

Занятие № 4

Цель: сформировать положительное отношение к окружающим.

1. Ритуал приветствия «Давайте поздороваемся»

Ребята, все мы с вами умеем здороваться. Обычно люди здороваются с помощью речи, они говорят "Здравствуйте" или "Привет", мужчины пожимают руки. Я предлагаю вам сегодня поздороваться иначе. Например, здороваться плечами, спиной, локтями или другими частями тела.

2. Основная часть.

Упражнение «Зеркало»

Цель: научиться чувствовать других людей.

Дети разбиваются на пары и становятся друг напротив друга. Первый в паре – «человек», второй – «зеркало». «Человек» начинает медленно плавно двигать руками, а «зеркало» старается как можно точнее повторить его движения, «слиться» с ним.

Через несколько минут «зеркало» и «человек» меняются ролями.

В конце упражнения просим детей рассказать о своих ощущениях в разных ролях. Какая роль была легче – «зеркала» или «человека»? Почему? Что нужно для того, чтобы быть хорошим «зеркалом»?

Игра со свечкой.

Цель: развить чувство заботы.

Педагог сообщает о том, что следующая игра интересная и очень ответственная, что играть в неё могут только те, кто умеет быть внимательным к другим, заботиться о других. Необходимо быть очень аккуратным. Суть игры заключается в том, что все дети по кругу начинают передавать из рук в руки горящую свечу, при этом говоря добрые слова, так, чтобы другому человеку было удобно и легко взять ее, и чтобы пламя не погасло.

По окончании игры важно дать детям положительную эмоциональную поддержку в том, что они отлично справились с заданием.

Игра «Опора»

Дети вновь делятся по парам и встают друг к другу спиной. В таком положении им необходимо вместе присесть и встать. Упражнение формирует чувство доверия, взаимной поддержки.

3. Рефлексия.

4. Ритуал прощания «Встретимся опять»

Занятие № 5

Цель: сформировать положительное отношение к окружающим.

1) Ритуал приветствия.

Мы стоим рука в руке,

Вместе мы- большая лента.

Можем мы большими быть (поднимают руки вверх, тянемся к солнцу),

Можем маленькими быть (приседают),

Но никто один не будет (сжимаем круг, придвигаемся друг к другу).

2. Основная часть.

Обсуждение того, что произошло с каждым ребёнком за время, прошедшее с последнего занятия. Ребятам предлагается поделиться своими успехами, радостями и неудачами.

Чтение сказки про Ежика Витю.

Цель: воспитать чувство ответственности и взаимовыручки.

«В одном лесу под старой сосной жил в своей маленькой норке ежик Витя. Он был маленьким серым ежиком с кривыми лапками и множеством колючек на спинке. Вите очень плохо жилось в этом лесу. Никто из зверей не хотел дружить с ним.

- Посмотри, какой у меня красивый и пушистый хвост. Разве я могу дружить с такой серой колючкой как ты? -говорила Вите лиса.

- Ты слишком маленький, я случайно могу раздавить тебя одной левой,- бурчал медведь.

- Ты такой неуклюжий, ни попрыгаешь с тобой, ни побегаешь,- пищал зайка.

- У тебя же нет ни голоса, ни слуха. Лягушки на болоте - и те поют лучше тебя,- курлыкал ему прямо в ухо соловей.

Бедному ежику было очень обидно слышать такие слова. Витя подолгу сидел на берегу старого лесного пруда и смотрел на свое отражение в воде. «Ну почему я такой маленький, такой колючий, неуклюжий, почему у меня нет музыкального слуха?» - плакал он. Маленькие слезы ежика градом лились в пруд, но некому было даже пожалеть бедняжку. Витя так грустил и переживал из-за того, что никто не хотел с ним дружить, что чуть было не заболел.

Однажды утром Витя как обычно отправился на лесную поляну поискать грибов и ягод себе на завтрак. Ежик медленно брел по дорожке, погруженный в свои печальные мысли, как вдруг мимо него промчалась лиса и чуть было не сбила его с ног. Витя огляделся вокруг и увидел, что за лисой гонится охотник с ружьем. Ежику было очень страшно. «Охотник такой

большой, а я такой маленький», - подумал он. Но несмотря на страх Витя, ни минуты не раздумывая, свернулся клубочком и бросился охотнику под ноги.

Охотник споткнулся об острые колючки ежика и упал. Пока охотник поднимался на ноги, лиса уже успела убежать, а ежик поспешил спрятаться под куст. Там, дрожа от страха, Витя дождался пока охотник уйдет. Только под вечер, сильно хромя, ежик побрел к своей норке. Спасая лису, он повредил себе лапку, и теперь ему было очень трудно идти, потому что она сильно болела. Когда ежик наконец добрался до старой сосны, там его ждала лиса.

- Спасибо тебе, ежик. Ты очень смелый. Все в лесу испугались охотника и спрятались в свои норки. Никто не решился помочь мне, а ты не испугался и спас меня. Ты настоящий друг. - сказала лиса.

С тех пор ежик и лиса стали лучшими друзьями. Лиса заботилась о нем и приносила Вите лекарственные травы, грибы и ягоды, пока у него болела лапка и ему трудно было ходить. Ежик быстро поправлялся, ведь теперь он был не одинок, теперь у него был настоящий друг.

Ведь настоящий друг - это не тот, у кого красивый хвост, великолепный голос или быстрые ноги. Настоящий друг - это тот, кто не бросит в беде и не отойдет в сторону, если тебе нужна помощь»

За что было обидно ежику, почему он плакал? Что изменило жизнь ежика?

Кто такой настоящий друг по мнению ежика? А как вы считаете?

Игра-шутка «Сиамские близнецы»

Цель: воспитать чувство доверия и взаимовыручки.

Дети разбиваются по парам, становятся друг к другу боком и обхватывают друг друга за талию, таким образом, у на двоих у них остается по одной свободной руке. Находясь в такой позе им необходимо выполнить какое-нибудь задание, например, собрать портфель.

Упражнение «Задуй свечу»

Мы с вами научились передавать свечу так, чтобы пламя не погасло. А теперь давайте сделаем так, чтобы огонёк погас. Представим свечу, глубоко

вдыхаем, набираем в лёгкие как можно больше воздуха. Затем, вытянув губы трубочкой, медленно выдыхаем и произносим звук «у». Повторяем 2-3 раза.

Ребята, как нужно вести себя по отношению к окружающим вас людям?

Что необходимо учитывать?

Упражнение «Я дарю тебе».

Детям предлагается поблагодарить соседа за участие и сделать ему какой-либо подарок (нематериальный) с пожеланиями.

3. Рефлексия.

4. Ритуал прощания «Встретимся опять»

Занятие № 6

Цель: сформировать положительное эмоциональное состояние.

1. Ритуал приветствия.

Дети разбиваются на пары и проигрывают эту ситуацию приветствия.

Здравствуй, друг! (здороваются за руку)

Как ты тут? (похлопывают друг друга по плечу)

Где ты был? (теребят друг друга за ушко)

Я скучал! (складывают руки на груди в области сердца)

Ты пришел! (разводят руки в сторону)

Хорошо! (обнимаются)

2. Основная часть.

Чтение сказки «Про Ежика, который хотел стать добрым»

Цель: воспитать доброе отношение к другим людям, развить чувство ответственности и взаимопомощи.

«Жил был Добрый Ежик. Его звали добрым потому что он всем помогал. Лисе он помог собрать запасы на зиму. Медведю помог собрать из ульев мед. Зайцу помог собрать грибы.

Одним осенним утром ежик решил пойти за ягодами. Он пришел на свою любимую полянку. День был солнечным и только легкий ветерок придавал прохладу. Еж начал собирать ягоды и так сильно увлекся этим, что совершенно забыл про время. Наступил вечер и стало темнеть. Поднялся

сильный ветер и надвинулись тучи. Начался сильный дождь, и ежик решил спрятаться под большим листом лопуха. После того как дождь прекратился ежик хотел пойти домой, но на его пути появился страшный серый волк. Он грозно скалил зубы и надвигался на ежа. Ежику стало очень страшно, и он бросил все свои запасы и начал убежать, но волк тоже побежал за ним. Когда ежик уже выбился из сил из глухой лесной чащи вышел медведь и лисица, а следом за ними прыгал зайчик. Медведь стал грозно рычать на волка. Тот испугался и убежал. Все дружно стали помогать Доброму Ежику собирать припасы, которые он потерял, когда убежал от волка. Они проводили его домой.

И ежик им сказал:

- Спасибо, мои дорогие друзья за то, что вы меня спасли от гибели.

А медведь ему в ответ:

- Друг познается в беде. А добро всегда возвращается добром. Ты сделала добро и тебе сделают добро.»

А как вы понимаете, что такое доброта? Какие вы испытываете эмоции, когда помогаете кому-либо? Что приносит вам радость? Какие бывают эмоции? Где и как выражаются эмоции? При помощи чего выражаются эмоции?

Игра «Угадай эмоцию»

Цель: научить правильно понимать эмоции.

Педагог произносит фразу, а дети отгадывают, к какой эмоции она может принадлежать.

Ты не любишь мороженое? (Удивление).

Я злой и страшный серый волк! (Злость).

Зачем ты меня толкнул? (Обида).

Как темно в лесу! (Страх).

Какое теплое море! (Радость).

Никто со мной не играет (Обида, грусть)

Упражнение «Изобрази эмоцию»

Дети по очереди вытягивают из конверта эмоцию и изображают её используя позу, мимику, жесты, а остальные должны отгадать.

Упражнение «Произнеси стихотворение с разной интонацией»

Детям необходимо произнести стихотворение А. Л. Барто «Бычок» с разной интонацией: с удивлением, с радостью, со злостью, с обидой.

3. Рефлексия.

4. Ритуал прощания «Встретимся опять»

Занятие № 7

Цель: сформировать положительное эмоциональное состояние.

1. Ритуал приветствия «Весёлые лилипундики»

Далеко - далеко, в стране Лилипундии жили маленькие человечки. Маленькие человечки были весёлыми и добрыми. Самым любимым делом их было собираться на площади и много болтать, веселиться, играть. Так проходили дни за днями. Лилипундия процветала, потому что там царил мир и доброта. Но однажды над волшебной страной пролетал злой колдун Пакость Пакостивич. Он очень разозлился, увидев радость и мир в этой прекрасной стране. Ведь в стране, где правил злой колдун царили зло и ссоры. Подумав, он решил лишить любимого занятия человечков: он сделал их немыми! И вот, как всегда утром, лилипундики собрались на площади поболтать и поиграть, но, о ужас! Они не смогли вымолвить не словечка! Бедные человечки со слезами на глазах разбрелись домой. Закончились их шумные и весёлые игры. Закончился мир и процветание волшебной страны. Потому что лилипундики больше не дружили друг с другом, а всё больше сидели дома и грустно смотрели в окно. Даже солнышко загрустило и спряталось за тучку. Но в волшебной стране жил самый весёлый и находчивый лилипундик. И он кое-что придумал! Однажды утром лилипундиков разбудил звон колокола. Они сбросились на площадь, утирая слёзы и вытирая носы. Находчивый человечек показал, что он придумал. Он начал приветствовать своих горожан разными частями тела. Он показывал на нос и все касались носиками, приветствуя друг друга. Показывал на щёчки и

лилипундики здоровались щёчками. Показывал на пяточки и все приветствовали друг друга пяточками. И малышам так понравилось это изобретение, что они опять стали встречаться каждое утро и придумывать уже вместе новые весёлые игры и приветствия. И опять в их стране засветило солнышко и наступил мир. А злой колдун понял, что он не в силах навредить лилипундикам и улетел далеко- далеко.

Дорогие, ребята! Я вам предлагаю поиграть в волшебную игру лилипундикиков. Сейчас мы с вами будем приветствовать друг друга необычным способом, а как именно, решаете вы сами.

2. Основная часть.

Упражнение «Волки и овцы»

Цель: развить умение управлять выражением своих эмоций и чувств.

Волк выходит за дверь. Включается активная музыка. Овцы пасутся на лугу, бегают по кругу. В неожиданный момент врывается Волк и хватает Овцу. Овца превращается в Волка. Теперь уже два Волка врываются в круг и т. д.

После игры идет обсуждение: Что происходило с тобой во время игры? Что ты чувствовал? Какие ещё есть чувства? Что дают нам чувства? Есть ли абсолютно бесполезные или вредные чувства? Что значат эмоции для тебя? Нужны ли они тебе и зачем? Что в них хорошего для тебя, чем они тебе полезны? Чем они тебе вредят или мешают?

Упражнение «Звуки прибоя»

Давайте представим, что мы лежим на тёплом песке, приятный легкий ветер ласкает наше тело, мы закроем глазки и немного отдохнем у моря, волны споют нам свою колыбельную песню (дети лежат/сидят 20 секунд в тишине). Луч солнца коснулся наших ног, правая нога расслабленная и теплая, луч солнца коснулся левой ноги — нога расслабленная и теплая, приятно лежать, вдыхая чистый морской воздух. Вдох — выдох, обе ноги теплые, это приятно. Луч солнца коснулся живота и груди — становится ещё теплее, нам нравится это тепло, мы дышим глубоко, вокруг приятный

морской воздух. Луч солнца прикоснулся к лицу, оно всё расслабилось, рот чуть приоткрылся... Как хорошо мы отдыхаем, спокойно, нам приятно это расслабление, мы дышим ровно, глубоко, все тело теплое. Оно лёгкое, как облако, мы ещё и ещё хотим слушать песню морских волн (дети несколько секунд лежат/сидят и слушают). Но пора идти, мы медленно потягиваемся и встаём.

3. Рефлексия.

4. Ритуал прощания «Встретимся опять»

Заключительное занятие № 8

Цель: выявить, есть ли необходимость проводить подобного рода занятия.

1. Ритуал приветствие «Возьмёмся за руки, друзья»

Каждый ребёнок берёт друг друга за руку и говорит что-нибудь приятное, ласково обращаясь к соседу.

2. Основная часть.

Постановка сказки «Репка» с учётом полученных знаний.

Создание детьми памятки «Как поднять настроение»

Демонстрация детьми «Тетради моих достижений» с мини-рассказом о самом важном достижении.

Игра «Рулет»

Цель: сплочение и принятие окружающих.

Дети выстраиваются в шеренгу и ребёнок, находящийся с краю, начинает закручиваться во внутрь, увлекая за собой других, тем самым получается «рулет». Важно, чтобы дети не расцепили руки. После того, как «рулет» завернут, в таком состоянии детям необходимо сказать «Мы молодцы» и раскрутить «рулет», не расцепляя рук.

3. Рефлексия. Что нового узнали на занятиях? Чему научились? Что оказалось полезным? Помогли ли занятия преодолеть трудности?

4. Ритуал прощание «До свидания»

Педагог каждому ребёнку выражает благодарность, говорит «Спасибо» и всё завершается нарастающими аплодисментами.

Отзыв
научного руководителя
на выпускную квалификационную работу

Холодильщиковой Екатерины Сергеевны

44.03.05 Педагогическое образование с двумя профилями подготовки,
направление обучения

Начальное образование и русский язык
направленность (профиль) образовательной программы

«Сравнительный анализ эмоционального благополучия младших школьников в различных образовательных учреждениях»

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

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
ОК-1 способен использовать основы философских и социогуманитарных знаний для формирования научного мировоззрения		+	
ОК-2 способен анализировать основные этапы и закономерности исторического развития для формирования гражданской позиции		+	
ОК-3 способен использовать естественнонаучные и математические знания для ориентирования в современном информационном пространстве		+	
ОК-6 способен к самоорганизации и самообразованию	+		
ОПК-1 готов сознать социальную значимость своей профессии, обладать мотивацией к осуществлению профессиональной деятельности	+		
ОПК-2 способен осуществлять обучение, воспитание и развитие с учетом социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей, в том числе особых образовательных потребностей обучающихся	+		
ПК-1 готовность реализовывать образовательные программы по учебным предметам в соответствии с требованиями образовательных стандартов		+	
ПК-2 способен использовать современные методы и технологии обучения и диагностики	+		
ПК-6 готов к взаимодействию с участниками образовательного процесса	+		
ПК-7 способность организовать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности	+		
ПК-8 способен проектировать образовательные программы		+	
ПК-11 готовность использовать систематизированные теоретические и практические знания для постановки и решения исследовательских задач в области образования	+		

В процессе работы Холодильщикова Е. С. продемонстрировал (а)

профессиональный уровень сформированности проверяемых компетенций.

Студент(ка) при выполнении выпускной квалификационной работы проявил(а) себя как заинтересованный в теме исследователь. При выполнении работы уделял много себе критической, добросовестной оценки а также продемонстрировал высокий уровень сформированности исследовательских умений.

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.

18. 06 . 2018

Научный руководитель

Моссаев / Моссаев ИА
подпись / расшифровка подписи



Отчет о проверке на заимствования №1

Автор: khopolodalschikova.e.s@mail.ru / ID: 5515265

Проверяющий: khopolodalschikova.e.s@mail.ru / ID: 5515265

Отчет предоставлен сервисом «Антиплагиат» - <http://www.antiplagiat.ru>

ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

№ документа: 12
Начало загрузки: 22.06.2018 09:25:28
Длительность загрузки: 00:00:01
Имя исходного файла: ВКР Холодильщикова Е.С.
Размер текста: 864 кБ
Символов в тексте: 103522
Слов в тексте: 12364
Число предложений: 1034

ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОТЧЕТЕ

Последний готовый отчет (ред.)
Начало проверки: 22.06.2018 09:25:30
Длительность проверки: 00:00:02
Комментарии: не указано
Модули поиска:

ЗАИМСТВОВАНИЯ	ЦИТИРОВАНИЯ	ОРИГИНАЛЬНОСТЬ
30,08%	0%	69,92%



Заимствования — доля всех найденных текстовых пересечений, за исключением тех, которые система отнесла к цитированиям, по отношению к общему объему документа.
Цитирования — доля текстовых пересечений, которые не являются авторскими, но система посчитала их использование корректным, по отношению к общему объему документа. Сюда относятся оформленные по ГОСТу цитаты; общепотребительные выражения; фрагменты текста, найденные в источниках из коллекций нормативно-правовой документации.
Текстовое пересечение — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.
Источник — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.

Магистр наук по специальности: к.и.и., доктор М.А. Алексеев

Согласие

на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося

в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Холодельщикова Екатерина Сергеевна

(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: «Сравнительный анализ эмоционального благополучия младших школьников в различных образовательных учреждениях»

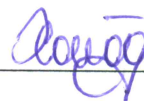
(название работы)

(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.

18. июня .2018

дата



подпись