

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

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии и педагогики детства

ЖИХАРЕВА КРИСТИНА ВЛАДИМИРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ
4 – 5 ЛЕТ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОРГАНИЗАЦИИ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психология и педагогика дошкольного образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

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

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

Обучающийся
Жихарева К.В.

Дата защиты

Оценка

Красноярск 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. УСЛОВИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА	5
1.1. Понятие эмоционального благополучия и подходы к его изучению	5
1.2. Критерии эмоционального благополучия	8
1.3. Эмоциональное благополучие и его проявления в детском возрасте	10
1.4. Условия обеспечения эмоционального благополучия дошкольников	12
Выводы по Главе 1	18
ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	20
2.1. Организация и методы исследования	20
2.2. Результаты исследования	21
Выводы по Главе 2	32
ГЛАВА 3. КОМПЛЕКС ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ В ГРУППЕ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ	33
3.1. Работа с педагогами и для педагогов с детьми по достижению эмоционального благополучия детей в группе детского сада	33
3.2. Работа с родителями по обеспечению эмоционального благополучия ребенка	39
Выводы по Главе 3	42
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	44
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	45
ПРИЛОЖЕНИЯ	49

ВВЕДЕНИЕ

Современная система воспитания и обучения в большей степени направлена на развитие интеллекта. В то время как эмоциональной сфере уделяется недостаточно внимания. Хотя для становления личности интеллектуальная и эмоциональная сферы одинаково важны. Что подтверждают слова Л.С. Выготского: «Эмоциональная сфера личности имеет не меньшее значение, чем другие стороны, и составляет предмет и заботу воспитателя в такой же мере, как ум и воля» [11]. В связи с последними социальными тенденциями, такими как, формирование и распространение фобий среди взрослого населения в связи с беспокойной внешнеполитической обстановкой в России, нарастающей эмоциональной дистанцированностью детско-родительских отношений и сменой ценностей и приоритетов для населения – эмоциональное благополучие детей дошкольников вызывает серьезное беспокойство, что было предметом неоднократного обсуждения психологического сообщества [28]. Эмоциональное неблагополучие приводит к деформации личности, и развитию социально-негативных свойств, таких как тревожность, агрессивность, нарушение психологического здоровья. Особое значение имеет обеспечение эмоционального благополучия детей дошкольного возраста в условия дошкольной образовательной организации (ДОО), т.к. ребенок впервые «отрывается» от семьи и сталкивается с новыми требованиями и новым характером отношений как со взрослыми, так и со сверстниками. Эти факторы детерминируют актуальность данной работы.

Отсюда, **цель работы:** изучить особенности эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях образовательной организации, и разработать рекомендации для его обеспечения, основанных на результатах исследования.

Задачи исследования:

На основе анализа отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературы:

1. Изучить сущность и компоненты категории «эмоциональное благополучие»;
2. Выявить специфику эмоционального благополучия детей дошкольного возраста;
3. Определить условия обеспечения эмоционального благополучия детей в дошкольном возрасте;
4. Изучить особенности эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в конкретной группе дошкольного учреждения.
5. Разработать рекомендации для родителей и педагогов, по улучшению эмоционального благополучия детей.

Объект исследования: эмоциональное благополучие.

Предмет исследования: особенности эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Гипотеза исследования: предполагается, что изучение эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста позволит выявить «проблемные участки» в организации этапов режима дня и, на этой основе, разработать психолого-педагогические рекомендации для воспитывающих взрослых.

Методы исследования:

1. Теоретический – анализ психолого-педагогической литературы
2. Эмпирические методы – эксперимент.

Практическая значимость: разработанные рекомендации (комплекс психолого-педагогических мероприятий) по улучшению эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в группе, можно использовать педагогам в практике дошкольного воспитания, а также родителям в условиях домашнего воспитания.

ГЛАВА 1. УСЛОВИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

1.1. Понятие эмоционального благополучия и подходы к его изучению

Трактовкой понятия «эмоциональное благополучие» занимались многие отечественные и зарубежные психологи и определяли их по-разному. К примеру, И.М. Слободчиков считает, что эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, сформированный самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт в семье и вне семьи [30]. М.И. Лисина определяет «эмоциональное благополучие» как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей: как биологических, так и социальных [27]. Другие авторы: А.Д. Кошелева, В.И. Перегуда [24], И.Ю. Ильина [20], рассматривают эмоциональное благополучие как устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой отношения ребенка к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную сферу, эмоционально-волевою, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками. Г.А. Урунтаева рассматривает эмоциональное благополучие через понятие синонимичное эмоциональному неблагополучию, т.е. эмоциональной благополучие – это положительное самочувствие ребенка, присутствие в его жизни тепла и ласки, удовлетворенность ребенка общением со взрослыми, прежде всего с родителями и со сверстниками [31].

Рассмотрев определения разных авторов, пришли к выводу, что эмоциональное благополучие – это внутреннее переживание и осознание эмоционального комфорта обобщенного характера, связанного с удовлетворением лично значимых потребностей человека [13]. Эмоциональное благополучие является фундаментом формирования отношения ребенка к миру и развития всех сфер его будущей личности. Такое

понимание эмоционального благополучия было положено в основу проведения исследования с детьми дошкольного возраста.

В эмоциональном благополучии можно выделить несколько составляющих, каждая из которых представляет собой соотношение положительного и отрицательного: переживание удовольствия – неудовольствия; переживание успеха – неуспеха; переживание комфорта – дискомфорта; переживание положительной – отрицательной оценки результатов активности ребенка окружающими. Другими словами, эмоциональное благополучие – это уверенность в себе, чувство защищенности, комфорта, жизненные успехи, положительное самоощущение [21].

Проведенный анализ психологической литературы показал, что существует несколько направлений исследования эмоционального благополучия, которые в свою очередь не противоречат, а только дополняют друг друга.

1. Первоначально эмоциональное благополучие рассматривалось в контексте изучения эмоционального самочувствия детей и подростков [4]. В этом направлении эмоциональное благополучие определено как положительный знак эмоционального самочувствия [8]. При этом авторы исследований эмоционального самочувствия детей и подростков скорее раскрывают понятие эмоционального неблагополучия, и оно понимается как «...отрицательное эмоциональное самочувствие ребёнка, которое может возникать в разных случаях, например, при переживании неуспеха в каком-либо виде деятельности, особенно в ситуациях соревнования, иногда при отвращении к определённой пище или в ситуациях жёсткой регламентации жизни в детском саду...» [32, с. 44]. И получается, что в рамках этого подхода эмоциональное благополучие является противоположным понятию эмоционального неблагополучия.

2. Второй подход к пониманию эмоционального благополучия рассматривается в контексте значения эмоций в жизни человека, функций, выполняемых ими [2]. Эмоциональное благополучие человека связано и с характером переживаемых эмоций, и с возможностью и умением эти эмоции выражать. В рамках этого подхода эмоциональное благополучие понимается, как показатель успешности эмоциональной регуляции человека, то есть насколько хорошо эмоции участвуют в жизнедеятельности человека, насколько хорошо человек умеет с ними совладать и выражать их [6].

3. В третьем направлении представление об эмоциональном благополучии представлено более объемно, и может быть получено за счет рассмотрения его как неотъемлемой части психологического благополучия в целом [9]. В свою очередь психологическое благополучие – это слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности, внутреннего равновесия. В рамках этого подхода эмоциональное благополучие (неблагополучие) может быть определено как интегральная характеристика, в которой сфокусированы чувства, обусловленные успешным (неуспешным) функционированием всех сторон личности [16]. Психологическое благополучие тесно связано с такими характеристиками, как «счастье», «удовлетворенность жизнью», «субъективная оценка качеством жизни». Исходя из этого и эмоциональное благополучие, находящееся в неразрывном единстве с психологическим благополучием, тесно связано с ними. Получается, что в этом подходе эмоциональное благополучие рассматривается как удовлетворенность жизнью, чувство собственного счастья, субъективная оценка успешности выполняемых действий и их регуляция.

4. В четвертом подходе эмоциональное благополучие рассматривается синонимично понятию эмоционального здоровья. Понятие «эмоциональное здоровье» определяется, как составная часть психологического здоровья человека, которая обеспечивает «...единство переходящего и непрерывного на основе функционирования уровней: ситуативно-ориентировочного,

адаптивно-целевого и личностно-деятельностного; эмоциональное здоровье позволяет сохранять целостное эмоциональное отношение к себе и к миру, преобразовывать отрицательные эмоции и порождать положительно окрашенные переживания...» [18, с. 155].

На сегодняшний день такими являются основные подходы, в русле которых проводятся исследования эмоционального благополучия. Исходя, из этих направлений становится понятно, что эмоциональное благополучие – это многомерное явление, которое определяет и эмоциональное самочувствие, и является показателем успешности эмоциональной регуляции человека, а также неразрывно связано с его психологическим благополучием и эмоциональным здоровьем. Эмоциональное благополучие является одним из составляющих психологического благополучия, выступающее там в качестве интегральной характеристики, в которой сфокусированы чувства, обусловленные успешным (неуспешным) функционированием всех сторон личности. Понятие эмоционального благополучия является более объемным, чем эмоциональное здоровье, так как оно включает в себя не только понимание себя и возможности справляться с жизненными проблемами, но также и охватывает взаимоотношения человека с другими людьми и формирует его отношение к миру.

1.2. Критерии эмоционального благополучия

Особый интерес представляет выделение критериев эмоционального благополучия. В психолого-педагогической литературе представлены различные точки зрения на этот счет. Так, Л.М. Аболин [2] предлагает следующие критерии:

- Преобладающий положительный эмоциональный фон;
- Субъективное переживание счастья;
- Осознание человеком переживаемых им эмоций.

Е.П. Ильин [19] выделяет такие критерии как:

- Доминирующее состояние спокойствия;
- Направленность на позитивные отношения с другими, пронизанные доверием и заботой;
- Возможность эффективно регулировать любые из своих эмоциональных проявлений.

К.Е. Изард [17] выделяет критерии эмоционального благополучия в контексте уровня проявления эмоций человека (эмоциональных фазах):

- Чувственно-переживательный уровень: субъективная оценка человеком своего эмоционального состояния, осознание своих переживаний и самоотчет об этих переживаниях.
- Телесный уровень: характер и индивидуальные особенности мимики, жестов, телодвижений и речи (прямой, открытый, выразительный взгляд, плавные мягкие жесты и телодвижения, выразительные свойства речи).
- Вегетативный уровень: характер вегетативных изменений и степень их выраженности (сильное – слабое покраснение кожных покровов, учащенный – умеренный ритм дыхания или сердцебиения, сильный – слабый пульс, увеличенный – суженный зрачок, наличие слез и потоотделения).
- Эмоционально-психологический уровень: наличие или отсутствие эмоциональных переживаний, таких как плач, улыбка, агрессивность, гнев, печаль и т.п. этих проявлений, характер и степень их выраженности (громкий – тихий плач, искренняя – неискренняя улыбка).
- Социально-психологический уровень: степень сформированности самооценки, Я-концепции и идентичности личности.

Определение критериев эмоционального благополучия дает возможность исследовать существующие взаимосвязи эмоционального благополучия с другими психологическими явлениями и характеристиками,

что в еще большей степени позволяет раскрыть и понять сущность эмоционального благополучия.

В контексте исследования эмоционального благополучия детей дошкольного возраста, наиболее адекватной является позиция Е.П. Ильина [19], так как в них упоминается собственное состояние ребенка, его настрой на общение с другими и способность управления и регуляции своих эмоций.

1.3. Эмоциональное благополучие и его проявления в детском возрасте

Можно выделить некоторые рекомендации по развитию у ребенка положительных эмоций. Для развития эмоций ребенка, необходимо учиться понимать малыша и удовлетворять его нужды. Нужно стараться с самого рождения узнавать разные эмоции своего ребенка и самое главное определять, чем они были вызваны. Обязательно надо реагировать на любую эмоцию ребенка, не только отрицательную, но и положительную (улыбка, гуление, смех и т.д.). Так как будут закрепляться только те эмоции, которые получают ответную реакцию со стороны взрослых. Положительные эмоции развиваются у ребенка в игре и в исследовательском поведении [5]. Показано, что момент переживания удовольствия в детских играх по мере роста и развития ребенка сдвигается. У малыша оно возникает при получении желаемого результата, ему принадлежит завершающая роль, поощряющая доведение деятельности до конца. Следующая ступень – функциональная, когда ребенку доставляет радость уже не только результат, но и сам процесс деятельности. Удовольствие теперь связано не с окончанием процесса. На третьей ступени, у детей постарше, удовольствие возникает в начале деятельности, и ни результат действия, ни сам процесс не являются центральными в эмоции ребенка. В этом случае ребенок переживает удовольствие, предвосхищая событие. Постепенно ребенок приобретает опыт и теперь уже считает, что хорошо – это то, за что хвалят. И наоборот: если его ругают или наказывают,

значит, он поступил плохо. Поэтому вместо того, чтобы навязывать ребенку свое понимание того, что такое «хорошо» и что такое «плохо», гораздо результативнее вызвать у него приятные эмоции, когда он сделал что-то правильно [8].

Ребенок нуждается в любви; как в любви к нему, так и в его собственной любви к кому-либо. Для того, чтобы у ребенка возникла эмоциональная чуткость, ему необходимо нести ответственность за другого человека, которым может выступать младший брат или сестра, но если у ребенка нет братьев и сестер, то речь может пойти о домашних животных. Ребенку так или иначе нужно о ком-то заботиться, чтобы он понимал за собой ответственность и отвечал за кого-то. За домашним ребенком ребенок ухаживает сам, он является для него «старшим». Тем самым, когда ребенок будет замечать беспокойство животного в случаях, когда он вовремя не покормил его, не погулял с ними или не уделил должного внимания, ребенок обретает способность к сопереживанию и эмоциональной отзывчивости.

Г.Г. Кравцов, на основе анализа работ Л.С. Выготского и данных современной детской психологии, утверждает, что в дошкольном возрасте «на центральной линии развития» лежит развитие эмоций [25]. Первоначально эмоции у детей отражают внутреннее состояние, а позже становятся регулятором деятельности. Развитие эмоциональной сферы детей традиционно связывается с системой потребностей, с характером привязанности в диаде «мать – ребенок» и взаимоотношениями с окружающими близкими людьми, с «доверием» к миру и адаптацией к окружающей среде. Зачастую родители сначала активно стимулируют возникновение эмоций ребенка (в период новорожденности и младенчества), затем дифференцируют эмоциональный репертуар ребенка, обозначая эмоцию словом и помогая контролировать эмоциональные проявления внешними средствами (в раннем и дошкольном возрастах). Дошкольники с трудом контролируют свои эмоции, многие из которых не идентифицируют и не осознают. Окружение ребенка часто «запрещает» проявлять ему негативные

эмоции (а в некоторых случаях и позитивные, например, слишком бурно радоваться).

К числу основных достижений дошкольного возраста относят эмоциональное благополучие ребенка. Отечественные авторы А.Д. Кошелева [24], И.Ю. Ильина [20], Г.Г. Филиппова [33] определяют сам термин «эмоциональное благополучие» как положительное, устойчивое, комфортное самочувствие; состояние, влияющее на все сферы развития ребенка; переживание удовольствия, комфорта, успеха.

Е.В. Иванова, И.В. Шаповаленко [15] выделяют три наиболее важных фактора эмоционального благополучия ребенка: тип нервной системы и врожденные особенности эмоционального реагирования; сложный психологический анамнез и нарушения развития; детско-родительские отношения.

И.В. Фаустовой [32] выделены следующие характеристики личности эмоционально благополучного ребенка: преимущественно положительное настроение, низкий уровень стрессовых признаков и (или) отсутствие, нормативный уровень страхов и тревожности, адекватная самооценка, умение сопереживать.

Правильное формирование этих качеств, позволяет развить у дошкольников эмоциональное благополучие, и наоборот, их отсутствие на данном этапе может привести к эмоциональному неблагополучию. Возникает вопрос через что развивать эмоциональное благополучие, какие методы и приемы формирования использовать?

1.4. Условия обеспечения эмоционального благополучия дошкольников

Итак, эмоциональное благополучие характеризуется как устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние ребенка, которое является основой отношений ребенка к миру, к сверстникам и взрослым, а

создание необходимых условий обеспечения эмоционального благополучия дошкольников в дошкольной образовательной организации способствует формированию здоровой и гармоничной личности.

Эмоциональное благополучие – это способность, на соответствующем возрасту уровне, адекватно воспринимать эмоции других и выражать собственные эмоции. То есть, каждому возрасту свойственны специфические особенности эмоционального проявления, и что допустимо для детей среднего возраста может оказаться неприемлемым для детей старшего возраста. Речь идёт об адекватной реакции.

На развитие и жизненный путь человека, существенно влияет уровень формирования эмоциональной сферы. Умение понимать эмоции других и адекватно выражать собственные эмоции, наличие механизма эмоционального предвосхищения, являются условием развития подлинной способности к продуктивному общению.

Удовлетворение базовых психологических потребностей ребенка является необходимым условием обеспечения его эмоционального благополучия и, соответственно, профилактики возникновения нарушений эмоционального благополучия. Но помимо этого есть и другие условия обеспечивающие эмоциональное благополучие в ДОО.

В работах А.Д. Кошелевой [24], Н.А. Шепиловой [36] и др. раскрываются различные аспекты проблемы развития эмоционального благополучия детей дошкольного возраста. На основе анализа этих работ были выделены следующие условия, которые способствуют эмоциональному благополучию детей дошкольного возраста в дошкольной образовательной организации:

- создание благоприятной предметно-развивающей среды;
- учёт потребностей и интересов каждого ребёнка;
- позитивное доброжелательное отношение взрослых (работников образовательной организации) к ребёнку;

- позитивное взаимодействие ребенка с детьми группы, которую он посещает;
- создание «ситуации успеха», в результате которой у ребёнка появляется положительный настрой, снижается вероятность получения отрицательных эмоциональных переживаний в каком-либо виде деятельности, т.е. использование технологий развития уверенности в себе у детей дошкольного возраста;
- состояние здоровья ребенка в период посещения им детского сада;
- эмоциональная обстановка, общий уклад жизни в детском саду;
- обстановка в семье ребенка.

Охарактеризуем данные условия. В Федеральном Государственном Образовательном Стандарте дошкольного образования [1] отмечено, что создание развивающей образовательной среды, должно представлять собой систему условий социализации и индивидуализации детей. В п. 3.3.4. развивающая предметно-пространственная среда должна быть содержательно-насыщенной, трансформируемой, полифункциональной, вариативной, доступной и безопасной. Создание образовательной среды должно гарантировать охрану и укрепление физического и психического здоровья детей; обеспечивать эмоциональное благополучие детей [23].

Правильная организация предметно-пространственной среды позволяет дошкольникам спокойно и доброжелательно выбирать интересные для себя занятия и желаемых партнеров для общения, чередовать свою деятельность и удовлетворять эмоциональные потребности в течении дня, а педагогу дает возможность эффективно организовывать образовательный процесс с учетом индивидуальных особенностей детей, эстетических и личностных качеств, формировать предпосылки учебной деятельности, сохранять и укреплять психическое и физическое здоровье детей, способствовать эмоциональному благополучию и самовыражению детей [23].

Важным условием, обеспечивающим ребенку комфортное эмоциональное состояние в детском саду, является позитивное

доброжелательное отношение к нему взрослых ДОО. При взаимодействии воспитателя с воспитанниками необходимо уметь использовать различные формы общения, которые наиболее адекватно соответствуют ситуации, а именно непосредственно-эмоциональную, ситуативно-деловую, внеситуативно-познавательную, внеситуативно-личностную [35];

Эмоциональное благополучие неразрывно связано с чувством комфорта, успешности. А чувство комфорта и успешности ребенок испытывает в ситуации успеха. По мнению А.С. Белкина [7], ситуация успеха – это сочетание условий, которые обеспечивают успех, а сам успех – результат подобной ситуации. Ситуация – это то, что способен организовать воспитатель. Переживание же радости, успеха – нечто более субъективное, в значительной мере скрытое от взгляда со стороны. Задача воспитателя состоит в том, чтобы дать каждому из своих воспитанников возможность пережить радость достижения, осознать свои возможности, поверить в себя. С психологической точки зрения успех сопровождается переживанием состояния радости, удовлетворения от результата, к которому личность стремилась в своей деятельности, либо совпадение результатов деятельности с уровнем притязаний. На основе этого могут сформироваться устойчивые чувства удовлетворения, новые, более сильные мотивы деятельности, измениться уровень самооценки, самоуважения. В процессе создания ситуации успеха, наиболее важно формирование атмосферы одобрения, радости, что обеспечивается с помощью вербальных и невербальных средств, таких как обнадеживающие слова, корректность и доброжелательность обращений, мягкие интонации, открытая поза. Это во многом помогает ребенку справиться с поставленной перед ним задачей. С педагогической точки зрения ситуация успеха – это целенаправленное, организованное сочетание условий, при которых создается возможность достичь значительных результатов в деятельности. Как считает А.С. Белкин, если в первом случае ситуация успеха может быть спонтанной, стихийной, то во втором – результат продуманной, подготовленной стратегии, тактики

воспитателя, семьи [7]. По мнению автора, даже разовое переживание успеха может настолько повысить психологическое самочувствие ребенка, что резко меняет ритм и стиль его деятельности, взаимоотношений с окружающими.

Важную роль в обеспечении эмоционального благополучия ребенка играет семья. Эмоциональное самочувствие ребенка, ощущение нужности и значимости, эмоциональное благополучие во многом определяются детско-родительскими отношениями [12]. Дошкольный возраст характеризуется тесной эмоциональной привязанностью ребенка к родителям, в особенности к матери, но не в виде зависимости от родителей, а в потребности в любви, уважении, признании.

В этом возрасте ребенок еще не может ориентироваться в межличностном общении, он не понимает, из-за чего могут возникать конфликты у родителей, он не владеет средствами, выражающими свои чувства и переживания. Поэтому, в первую очередь, очень частые ссоры между родителями ребенок переживает с большой тревогой, он воспринимает это как ситуацию опасности. Во-вторых, ребенок может чувствовать себя виноватым в конфликте взрослых или случившемся несчастье, так как он не может понять настоящих причин происходящего и для себя объясняет это тем, что он не оправдал ожидания родителей, он плохой и не достоин их любви и ласки [10].

Таким образом, частые конфликты, громкие ссоры между родителями вызывают у детей-дошкольников постоянное чувство беспокойства, неуверенности в себе, эмоционального напряжения и могут стать источником их эмоционального неблагополучия. Получается, для того, что эмоциональная сфера ребенка развивалась в положительном направлении, родителям стоит избегать ссор при ребенке, ограничивать его от скандалов и не погружать в семейные проблемы. Любовь родителей и уверенность ребенка в ней, выступают источником и гарантией его телесного и душевного здоровья, эмоционального благополучия: «Только любовь способна научить любви» [9].

Когда близкие взрослые любят ребенка, хорошо относятся к нему, признают его права, постоянно внимательны к нему, он испытывает эмоциональное благополучие – чувство уверенности, защищенности. В этих условиях развивается жизнерадостный, активный физически и психически ребенок. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Именно в условиях взаимной любви в семье ребенок начинает учиться любви сам.

Выделенные условия позволяют сделать процесс формирования эмоционального благополучия дошкольника более успешным. Они привязаны к двум основным компонентам: эмоциональному развитию и коммуникативному развитию сообразно возрасту.

Важно не создавать условия для развития отрицательных эмоций, но не менее важно не задавить положительные – ведь именно положительные эмоции лежат в основе нравственности и творческих способностей человека. Однако многие родители не понимают, в чем радость для их детей. Поэтому они, желая видеть своих детей счастливыми, нередко задаривают их большим количеством дорогих и красивых игрушек. Но если игрушек много, дети теряют радость обладания ими, перестают их ценить и беречь – все можно бросить, сломать. Из такого безответственного отношения к игрушкам постепенно формируется пренебрежительное отношение к вещам как предметам человеческого труда: впоследствии не будут цениться ни свои, ни чужие, ни государственные вещи. Поэтому лучше, когда игрушек не слишком много. Тогда каждая приносит больше радости и ее берегут и своевременно чинят. В этом случае возникает уважение к труду, в них вложенному [29].

Коммуникативное развитие. Коммуникативные способности очень важно развивать у ребенка в дошкольном возрасте. Это необходимо для того, чтобы он был адаптирован к жизни в социуме, имел активную и ответственную социальную позицию, смог реализовать себя, всегда мог найти общий язык с любым человеком и завести друзей. С коммуникативным

развитием изменяется и его эмоциональная сфера, ребенок начинает осознавать и лучше контролировать свои эмоции. А так как сама эмоциональная сфера не развивается, то с ребенком необходимо заниматься, в игровой форме доносить до него эти знания.

Для развития коммуникативных навыков для ребенка, ему желательно посещать детский сад. Работа с детьми в ДОО как раз выстроена таким образом, чтобы ребенок гармонично развивался, в том числе и в области коммуникации. Некоторые родители оставляют своего ребенка с няней, или мама сама занимается с ребенком, и большой коллектив детей ребенок встречает только в школе [22]. Это не совсем верно, так как к школе у ребенка уже должны быть сформированы, в основном, навыки общения. Приходя в школу, он тратит много энергии, так как необходимо приобретать знания и учиться строить коммуникацию с окружающими. На ребенка ложится двойная нагрузка, он быстро устает и в этом случае непременно будет страдать либо учеба, либо отношения со сверстниками, либо здоровье ребенка.

Многие родители обеспокоены тем, что нынешнее поколение детей часто способно замыкаться в компьютерах и телевизорах, меньше времени уделяют общению с взрослыми и сверстниками. В итоге эти дети становятся менее отзывчивыми, и задача родителей заключается в том, чтобы научить ребенка, помочь ему разобраться в отношениях со сверстниками и взрослыми. А когда у ребенка не развивается коммуникативная сфера, он чувствует себя отвергнутым обществом, замкнутым, и как следствие, его самооценка понижается. А в таких условиях он не сможет найти себя в жизни и гармонично развиваться, то есть снижаются адаптивные возможности.

Выводы по Главе 1

1. Эмоциональное благополучие – это устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой

отношения ребенка к миру и влияющее на особенности его переживаний, познавательную, эмоционально-волевую сферы, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками. Оно является фундаментом формирования отношения ребенка к миру и развития всех сфер его будущей личности.

2. Критериями эмоционального благополучия являются: доминирующее состояние спокойствие, направленность на позитивные отношения с другими, пронизанные доверием и заботой, возможность эффективно регулировать любые из своих эмоциональных проявлений.

3. Анализ литературы позволил выделить следующие характеристики эмоционально благополучного ребенка: преимущественно положительное настроение, низкий уровень стрессовых признаков и (или) отсутствие, нормативный уровень страхов и тревожности, адекватная самооценка, умение сопереживать.

4. Были выделены условия обеспечения эмоционального благополучия: создание благоприятной предметно-развивающей среды; учёт потребностей и интересов каждого ребёнка; позитивное доброжелательное отношение взрослых (работников образовательной организации) к ребенку; позитивное взаимодействия ребенка с детьми группы, которую он посещает; создание «ситуации успеха»; состояние здоровья ребенка в период посещения им детского сада; эмоциональная обстановка, общий уклад жизни в детском саду; обстановка в семье ребенка.

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

2.1. Организация и методы исследования

Целью исследования явилось: изучение особенностей эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в группе дошкольной образовательной организации.

В эксперименте приняли участие дети среднего дошкольного возраста дошкольной образовательной организации, г. Красноярска.

К исследованию было привлечено 16 детей, возрастом 4–5 лет, 8 девочек и 8 мальчиков.

Перед началом письменной работы был проведен устный инструктаж с детьми и собрание с родителями детей, которые выразили согласие на проведение исследования по данной теме.

Результаты были интерпретированы и занесены в таблицу, на основе которой были сделаны общие выводы и подведена статистика.

При проведении исследования была использована методика диагностики эмоционального благополучия Т.С. Воробьевой [10]. Методика предусматривает выявление эмоционального благополучия путем проектирования настроения предпочитаемыми цветами в разные режимные моменты. Детям предлагаются три полоски бумаги и 8 цветных карандашей. На первой полоске ребенку предлагается попробовать, как рисует каждый карандаш. На второй, ребенок уже рисует именно таким цветом, каким представляет свое настроение в определенный режимный момент. А на третьей, ему предлагается поочередно выбирать самый красивый для него цвет карандаша, таким образом, цвета располагаются от самого предпочитаемого, до самого не предпочтительного ребенком цвета.

Для получения дополнительных сведений был использован метод наблюдения. Наблюдая определенные ситуации, педагог может понять, какие

эмоции испытывает ребенок, и какое влияние могут иметь обнаруженные эмоциональные состояния на развитие его личности [5]. В процессе наблюдения за детьми в свободной деятельности педагогу необходимо обращать внимание на следующее:

- хотят ли дети играть вместе или стараются избегать друг друга;
- как дети включаются в игровое обучение;
- принимают чужую инициативу или сопротивляются ей;
- кто из детей находился в центре игры, а кто, молча, наблюдал издали;
- какие отношения преобладают: добрые или конфликтные;
- какие эмоции преобладают: положительные или отрицательные.

2.2. Результаты исследования

Изучение эмоционального благополучия проводилось по методике Т.С. Воробьевой, где дети обозначают актуальное состояние в определенный режимный момент, предпочитаемыми цветами карандашей. Каждому ребенку были предложены три полоски бумаги и 8 цветных карандашей (черный, коричневый, красный, синий, зеленый, желтый, оранжевый, фиолетовый). Сначала дети пробовали как рисует каждый карандаш на первой полоске, на второй выражали свое настроение в режимные моменты кружочками, а на третьей, квадратиками по очереди выбирали цвет от самого предпочитаемого, до того, который нравится меньше всех. Таким образом, цвета под номерами 1–3 говорят об эмоциональном благополучии, 4–6 об эмоционально нейтральном состоянии, 7–8 об эмоциональном неблагополучии. Данная методика позволяет выявить: в какой из режимных моментов прослеживается эмоциональное неблагополучие группы в целом и проследить состояние ребенка в определенный режимный момент, а также общее состояние пребывания в детском саду. Исходные результаты исследования представлены в табл. 1.

Таблица 1

Результаты изучения эмоционального благополучия детей среднего
дошкольного возраста

ФИО ребенка	Основные компоненты режима дня детей в группе ДОО							Актуаль- ное состоя- ние ребенка	Неблаго- приятные цвета
	приход в детский сад	завтрак	занятие	прогулка	обед	сон	игра		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. А. К.	нб	б	нс	нб	б	б	б	эмоцио- нальное благо- получие	фиолетовый оранжевый
2. А. И.	нс	нб	б	нс	б	нб	н с	эмоцио- нально нейтраль- ное состояние	желтый красный

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Б. А.	нс	б	нб	нб	нс	нс	н б	эмоцио- нальное неблаго- получие	оранжевый красный
4. Б. А.	б	б	б	нб	б	нб	н с	эмоцио- нальное благо- получие	фиолетовый черный
5. З. К.	б	нс	б	нб	нс	б	б	эмоцио- нальное благо- получие	фиолетовый желтый
6. З. Н.	нс	б	нб	нб	б	нс	н б	эмоцио- нальное неблаго- получие	черный красный
7. И. Е.	нс	нс	б	нб	нс	нс	б	эмоцио- нально нейт- ральное состоя- ние	зеленый желтый
8. К.А.	нс	б	нб	б	нб	нб	н с	эмоцио- нальное неблаго- получие	синий зеленый

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9. К. С.	б	нб	б	б	б	нб	н с	эмоцио- нальное благо- получие	зеленый черный
10. Л. М.	нс	нб	нс	нс	б	б	н с	эмоцио- нально нейт- ральное состо- яние	оранжевый коричневый
11. Л. Т.	нб	б	нб	нс	нб	нс	б	эмоцио- нальное неблаго- получие	желтый красный
12. М. А.	нб	нб	нс	б	нб	б	б	эмоцио- нальное неблаго- получие	черный фиолетовый
13. С. А.	нс	нс	нс	нб	нс	б	б	эмоцио- нально нейт- ральное состо- яние	зеленый коричневый

Продолжение таблицы 1

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
14. Ш. В.	б	б	нс	нс	нс	б	б	эмоцио- нальное благо- получие	красный черный
15. Щ. Я.	нс	б	б	нс	б	нс	н с	эмоцио- нально нейт- ральное состо- яние	оранжевый фиолетовый
16. Я. Д.	нб	б	нб	нб	нс	нб	б	эмоцио- нальное неблаго- получие	коричневый оранжевый

Примечание:

б – эмоциональное благополучие

нс – эмоционально нейтральное состояние

нб – эмоциональное неблагополучие

Качественный и количественный анализ результатов исследования показал, что у 37,5% детей было выявлено состояние эмоционального неблагополучия, у 31,5% детей – эмоциональное нейтральное состояние. Только у 31,5% испытуемых было выявлено состояние эмоционального благополучия. Графическое представление полученных результатов отражено в рис. 1. С целью повышения достоверности результатов, с детьми, у которых было выявлено состояние эмоционального неблагополучия, было проведено повторное исследование. Повторное обследование показало идентичные результаты.

Таким образом, лишь треть детей в группе ДОО характеризуется наличием эмоционального благополучия.



Рис. 1. Распределение детей среднего дошкольного возраста по актуальному состоянию эмоционального благополучия в группе ДОО

Для того, чтобы выявить какой из режимных моментов вызывает у детей состояние эмоционального неблагополучия, изучалось состояние детей в типичных режимных моментах ДОО. Результаты представлены в табл. 2.

Таблица 2

Актуальное состояние эмоционального благополучия детей в группе в основных режимных моментах

Режимный момент	Количество детей (%), характеризующиеся состояниями:		
	эмоциональное благополучие	эмоционально нейтральное состояние	эмоциональное неблагополучия
1	2	3	4
Приход в детский сад	25	50	25

Продолжение таблицы 2

1	2	3	4
Завтрак	50	25	25
Занятие	37,5	31,25	31,25
Прогулка	18,75	31,25	50
Обед	43,75	37,5	18,75
Сон	37,5	31,25	31,25
Игра	50	37,5	12,5

Из таблицы видно, что наиболее проблемным из режимных моментов является прогулка. 50% детей обнаружили состояние эмоционального неблагополучия в условиях прогулки. У 31,25% детей во время прогулки эмоционально нейтральное состояние и только 18,75% детей испытывают состояние эмоционального благополучия. Возможно, что такой результат может быть обусловлен рядом причин: не достаточно хорошей организацией прогулки, отсутствием интереса к данному времяпровождению (дети не получают от нее новых впечатлений и знаний об окружающем мире), нежеланием детей (плохими навыками) самостоятельно одеваться, холодной погодой. Графическое представление полученных результатов отражено в рис. 2.



Рис. 2. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время прогулки

Не достаточно удовлетворительно, в плане эмоционального благополучия, ощущают себя дети во время занятий и сна. Результаты по данным режимным моментам вынесены на рис. 3 и рис. 4. Можно предположить, что такой результат связан с недостаточной подготовкой педагога к занятию. Возможно, не построен алгоритм действий, задания не соответствуют возрасту, детей не интересуют предстоящей работе, проводится однообразная работа, дети пассивны, нет познавательного интереса. В данной работе отсутствовала задача дать оценку характера занятий, проводимых педагогом. Но изучение эмоционального благополучия ребенка на занятиях подчеркивает необходимость работы с педагогами по совершенствованию их профессиональной деятельности в части организации проведения занятий.

Что касается сна, то такой результат может быть связан с недостаточно организованным пространством, так же могут быть не удобные кровати, дети могут испытывать перевозбуждение после прогулки. Кроме этого, у части детей в семье не поддерживается режим дневного сна, и дети не могут уснуть.



Рис. 3. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время занятия

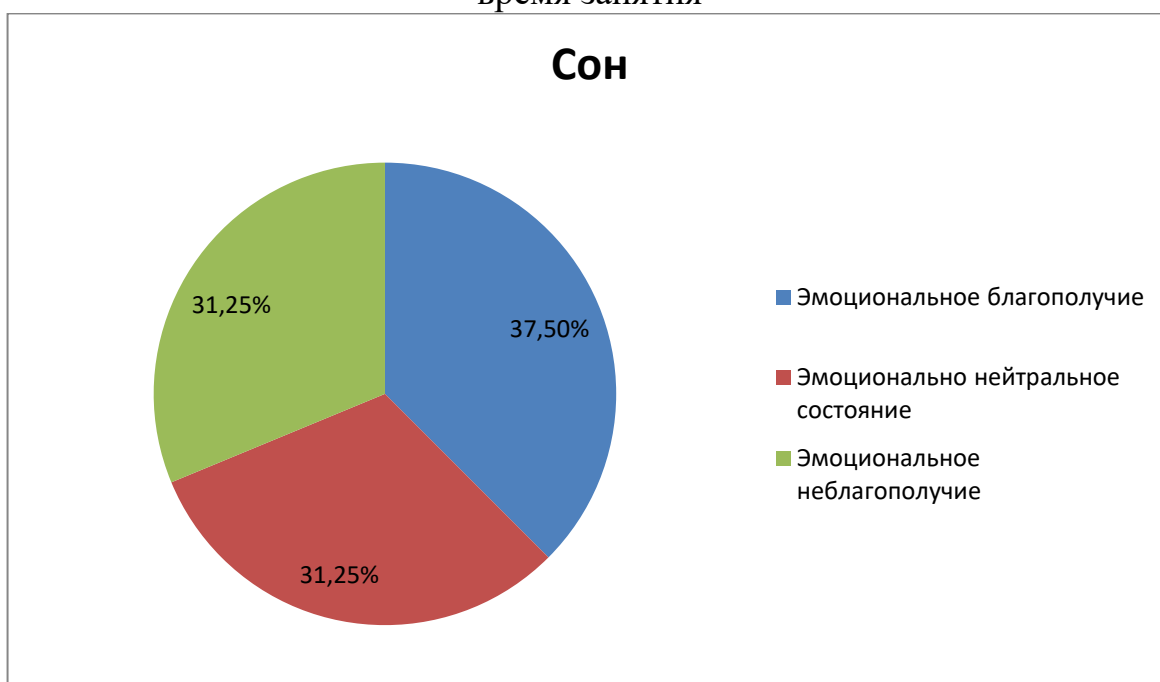


Рис. 4. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время сна

Приход в детский сад вызывает у 25% детей состояние эмоционального неблагополучия, 50% испытывают эмоционально нейтральное состояние и 25% эмоциональное благополучие. Графическое представление полученных результатов отражено в рис. 5.



Рис. 5. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время прихода в детский сад

Самые высокие показатели эмоционального благополучия выявились во время завтрака и игры. Исследование показало, что 50% детей во время завтрака испытывают чувство эмоционального благополучия, 25% эмоционально нейтрального состояния 25% состояние эмоционального неблагополучия. Графическое представление полученных результатов отражено в рис. 6.

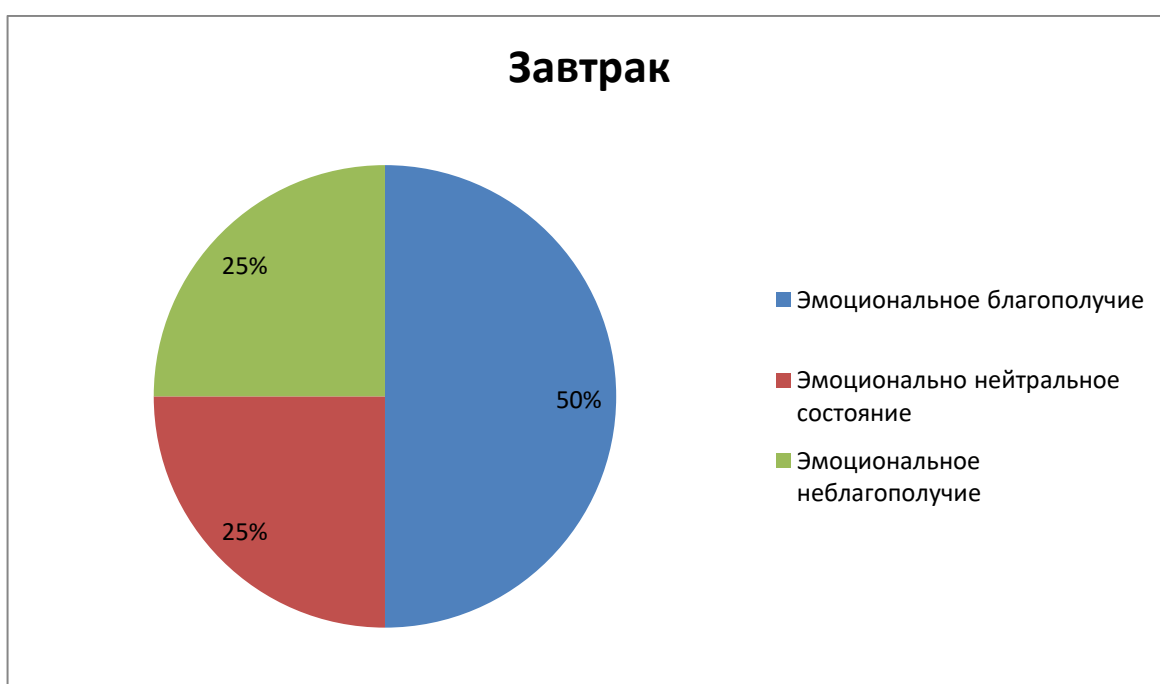


Рис.6. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время завтрака

Во время игры так же 50% детей чувствуют состояние эмоционального благополучия, 37,5% показали эмоционально нейтральное состояние и только 12,5% состояние эмоционального неблагополучия, что является самым низким числовым выражением из всех режимных моментов. Графическое представление полученных результатов отражено в рис. 7.

Таким образом, наибольшее количество детей испытывают эмоциональное благополучие в таких режимных моментах как: завтрак и самостоятельная игра. Наименее благоприятными в плане эмоционального благополучия детей являются: прогулка, дневной сон и занятия.

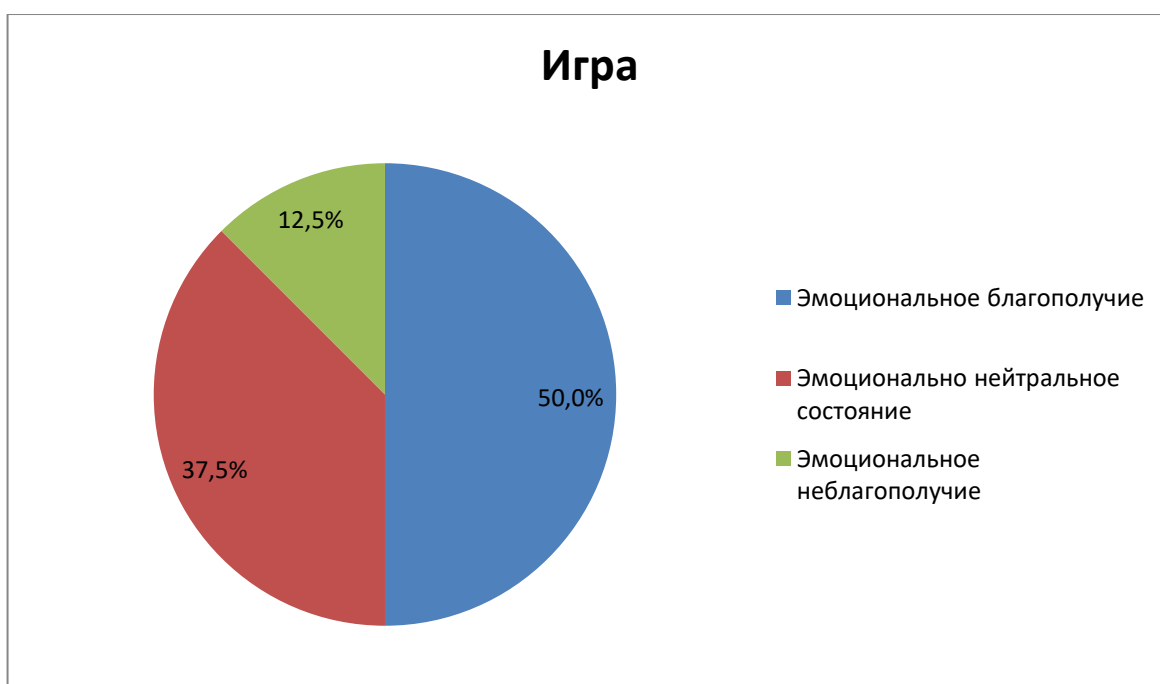


Рис.7. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время самостоятельной игры

Изучение эмоционального благополучия во время обеда показало следующие результаты: 43,75% состояние эмоционального благополучия, 37,5% эмоционально нейтральное состояние и 18,75% состояние эмоционального неблагополучия. Графическое представление полученных результатов отражено в рис. 8.

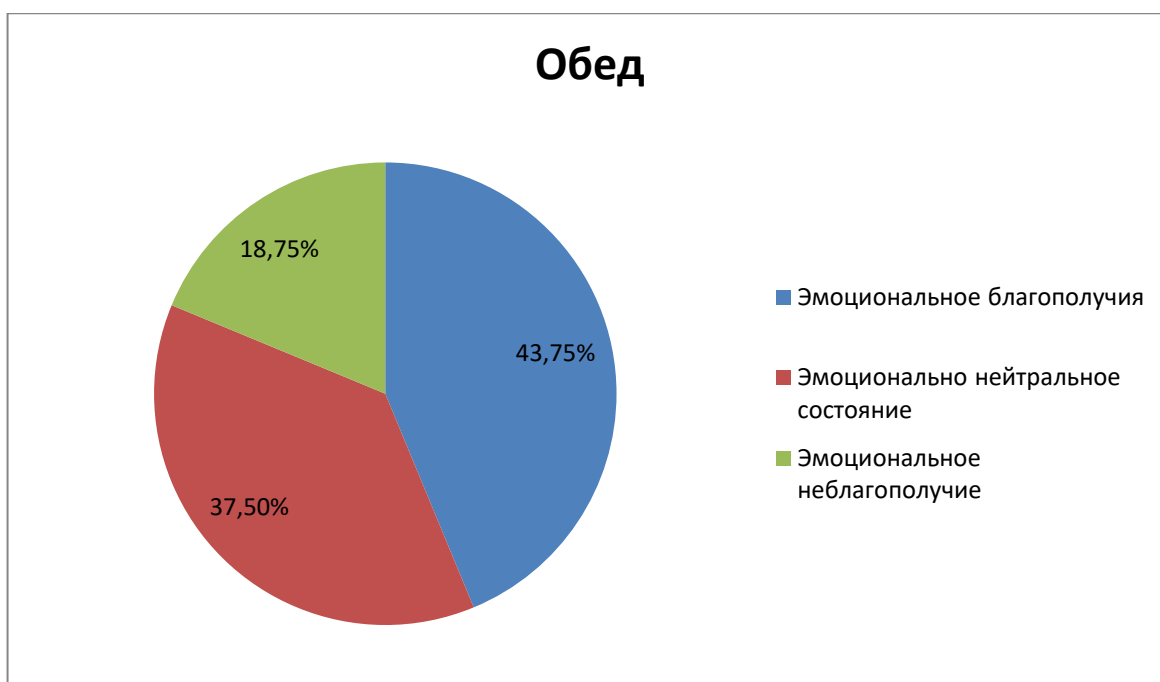


Рис.8. Распределение детей по состоянию эмоционального благополучия во время обеда.

Выводы по Главе 2

Результаты проведенного диагностического этапа исследования позволяют сделать следующие выводы:

1. И зучение состояния эмоционального благополучия у детей среднего дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации показало, что, в целом, у 37,5% исследуемых детей обнаружилось состояние эмоционального неблагополучия.

2. Б ыли выделены проблемные режимные моменты, которые вызывают в большей степени эмоциональное неблагополучие детей. К этим режимным моментам следует отнести: прогулку, занятия и сон. Это позволяет наметить направления психолого-педагогической работы по улучшению эмоционального состояния детей в группе ДОО.

ГЛАВА 3. КОМПЛЕКС ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ В ГРУППЕ ДОШКОЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

3.1. Работа с педагогами и для педагогов с детьми по достижению эмоционального благополучия детей в группе детского сада

Одним из важных факторов, влияющих на эмоциональное состояние ребенка, является правильно организованная работа воспитателя. При организации его работы важно, чтобы воспитатель понимал, что нужно быть не столько ориентированным на создание предметно-развивающей среды, а сколько эмоционально-развивающую среду в группе, т.е. среду, способствующую разностороннему и полноценному развитию эмоционально-чувственной сферы ребенка дошкольного возраста, как условие его дальнейшего успешного и гармоничного развития.

Работа с педагогами проводилась по следующему алгоритму:

1. Познакомить педагогов с результатами исследования. Подробно остановиться на тех режимных моментах, которые выявили состояние эмоционального неблагополучия детей, к ним относятся: занятие, прогулка и сон.
2. Совместно обсудить план дальнейшей работы, наметить мероприятия по улучшению эмоционального благополучия детей в эти режимные моменты.
3. Разработать рекомендации и направления работы по улучшению состояния эмоционального благополучия.

Для обеспечения эмоционального благополучия детей были разработаны:

1. В качестве рекомендаций, по улучшению эмоционально-развивающей среды в группе ДОО, способствующей поддержанию эмоционального

благополучия детей, была подготовлена лекция для педагогов, представленная в Приложении А.

2. Разработан комплекс занятий, направленный на обеспечение эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста, который следует использовать педагогу, психологу в работе. Примерная схема и содержание занятий отражены в Приложении Б.

3. Предложены дополнительные меры по организации прогулки, занятий и дневного сна, с целью обеспечения эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста в группе ДОО.

Одним из актуальных направлений развития общества на сегодняшний день является отношение к детству, как самоценному этапу развития человека, в котором образование является институтом социализации и индивидуализации ребенка, отмечает А.Г. Асмолов [3].

Как уже говорилось, эмоциональное благополучие является значимым фактором, влияющим на развитие личности. Основное содержание, которого заключается в устойчиво положительном, комфортном эмоциональном состоянии ребенка, являющимся основой всего отношения человека к миру и влияющее на особенности переживания семейной ситуации, познавательную сферу, эмоционально-волевую, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками [20]. Представленные характеристики входят в перечень целевых ориентиров ФГОС ДО, и являются одним из значимых результатов реализации стандарта [1]. Предложенные занятия позволяют обеспечивать эмоциональное благополучие дошкольников.

Цель комплекса: Обеспечение эмоционального благополучия детей, во время занятий у детей среднего дошкольного возраста.

Задачи комплекса:

1. Расширить условия для переживания преимущественно положительного фона настроения;
2. Создать ситуацию переживания успеха, и его осознания;

3. Сформировать положительный образ взаимодействия со сверстниками, с помощью групповых заданий;

4. Создать условия для переживания комфорта (как отсутствия внешней угрозы и физического дискомфорта), с помощью создания воображаемой «сказочной» ситуации;

5. Формировать адекватное переживание оценки другими результатов активности ребенка.

Ожидаемый результат: обеспечение эмоционального благополучия, эмпатии, эмоционального интеллекта, коммуникативных способностей, самооценки.

Возраст участников: 4–5 лет.

Занятия состоят из 3 блоков: приветствие, основная часть, прощание.

Примерное содержание занятий представлено в Приложении Б.

Первое и второе занятия направлены на создание условий для переживания эмоционального комфорта, отсутствие внешней угрозы и физического дискомфорта. Третье занятие направлено на переживание ситуаций успеха, и его осознание воспитанниками. Четвертое и пятое связаны с переживанием эмоционального комфорта в условиях общения и взаимодействия со сверстниками [34].

Согласно результатам диагностического этапа исследования, многие дети испытывали эмоциональное неблагополучие во время прогулки. Возникло предположение, что неблагополучие детей может быть связано с недостаточной организацией этого обязательного компонента режима пребывания детей в ДОО. С целью улучшения состояния эмоционального благополучия детей во время прогулки были разработаны некоторые рекомендации, которые помогут педагогу оптимально организовать прогулку детей.

Основной задачей прогулки является восстановление сил после занятий и получение максимально положительного заряда, связанного с отдыхом, сменой деятельности, развлечениями. Прогулка должна снять напряжение

после занятий и создать жизнерадостное настроение у ребенка, что в дальнейшем обеспечивает соответствующий тонус для успешного физического и психического развития ребенка в других видах деятельности.

При планировании прогулки следует учитывать то, с чего она будет начинаться: с активной или пассивной деятельности. К пассивному виду деятельности относится наблюдение, с него начинается прогулка тогда, когда перед ней были активные физические занятия. А если перед прогулкой были спокойные виды деятельности, то ее следует начинать с подвижной деятельности.

Наблюдения планируются в соответствие с погодными условиями и временными отрезками, они могут быть кратковременными и длительными. В процессе наблюдения у детей развивается: эстетическое восприятие, умственная активность, формируется интерес к окружающей познавательной деятельности. В процессе наблюдения ребенок развивается всесторонне. В этом случае, наиболее оптимально сочетание содержания образовательной программы с содержанием и результатами наблюдения или просто направленного созерцания.

Наблюдение может быть организовано как за объектами, так и за природными явлениями. При организации наблюдений следует использовать различные художественные средства, к которым относятся: стихотворения, загадки, пословицы, приметы и т.д. Так же педагог продумывает материалы и оборудование, которые могут быть использованы в процессе наблюдения, приемы привлечения внимания (здесь хорошо подойдут художественные средства, проблемные ситуации, применение познавательной задачи), а также приемы активизации умственной деятельности (поисковые вопросы, методы сравнения и использование собственного опыта).

Занимаясь планированием содержания воспитательной работы на прогулке, воспитатель должен грамотно распределять физическую нагрузку, чередуя спокойную и двигательную активность детей.

В организацию активной двигательной деятельности детей на прогулке следует включать подвижные игры и физические упражнения, которые в следствии можно дополнять или заменять, спортивными упражнениями или в старшем дошкольном возрасте спортивными играми, элементами спортивных игр, играми с элементами соревнований. Планирование работы по развитию движений на прогулке должно способствовать закреплению, совершенствованию игр и физических упражнений, повышать двигательную активность детей. При этом важно правильно выбирать время для проведения игр и упражнений.

При подборе подвижных игр следует учитывать погодные условия, возраст детей, воспитательные задачи и индивидуальные особенности физического развития и здоровья детей. Воспитатель организующий игру так же должен и участвовать в ней, беря на себя наиболее ответственную роль.

Педагог должен следить за тем, чтобы дети на прогулке находились длительное время без движений. Особое внимание следует уделить детям со сниженной подвижностью, малоинициативные дети, которых следует вовлекать в подвижные игры. Двигательная деятельность на прогулке должна составлять 60–70%, при этом самостоятельная деятельность детей в эти проценты не входит.

Педагог должен следить, чтобы все дети были чем-то заняты и не скучали. Детей, которые много бегают, привлечь к более спокойным играм и наоборот. Также не стоит забывать об индивидуальной работе с детьми. В ней педагог организует с одними игру с мячом, с другими упражнения на равновесие, с третьими обхождение фишек и т.д.

На прогулке так же может присутствовать элементарная трудовая деятельность. При планировании содержания и объема элементарной трудовой деятельности, педагог должен также предусмотреть знакомство детей с растениями и животными, а также правилами ухода за ними. Педагогу необходимо продумать способы организации детей в этой деятельности, последовательность работы, приемы, способствующие

воспитанию у них чувства удовлетворения от выполненной работы, ответственности за общее дело. Формы трудовой деятельности могут быть: индивидуальными и групповыми

Правильно организованная и спланированная прогулка осуществляет задачи всестороннего развития детей. Педагогам следует придерживаться подобной структуры проведения прогулки:

1. Наблюдение.
2. Подвижные игры.
3. Индивидуальная работа с детьми, по развитию движений, физических качеств.
4. Трудовая деятельность.
5. Самостоятельная деятельность.

Как говорилось ранее, последовательность компонентов может варьироваться, в зависимости от предшествующего занятия.

Таким образом, воспитатель при организации прогулки должен учитывать ту деятельность, которая предшествовала прогулке, погодные условия, индивидуальные и физиологические особенности детей, их физическое состояние и интерес к определенным видам деятельности. Разработку прогулки начинать с календарного планирования. Цели и задачи прогулки должны соответствовать текущему плану. В программное содержание прогулки включить обучающие, развивающие и воспитательные задачи. Также необходимо подготовить оборудование и материалы, которые вам пригодятся на прогулке для наблюдения, игры и т.п. Для удобства можно составить краткий план прогулки и зафиксировать его на бумаге, это позволит реализовать поставленные задачи и не упустить ни один момент.

Последним из, выделенных нами, проблемных режимных моментов был сон. Для улучшения состояния в этот режимный момент были подобраны следующие рекомендации.

Лучше всего организовывать дневной сон, после проветривания помещения, где спят дети. Чтобы при подготовке ко сну не было посторонних

звучать можно использовать музыкальное сопровождение и соответствующую речь педагога (темп, громкость и тембр голоса). Музыка должна звучать негромко и продолжительностью около 10–15 минут. В это время происходит расслабление всех групп мышц, что вызывает снижение эмоционального напряжения, приводит к успокоению и восстановлению дыхания.

Можно использовать перед сном дыхательные техники. Например, педагог регулирует «вдох – выдох» словами. Повторяется упражнение 5–6 раз, оно успокаивает и способствует улучшению самочувствия и общему оздоровлению детского организма. В данной ситуации не следует использовать игровые моменты.

Пробуждение детей так же может начинаться с музыкальным сопровождением. При этом, ритм мелодии должен постепенно увеличиваться. Не стоит сразу включать детям веселую и заводную музыку, лучше все делать плавно. Можно использовать следующие музыкальные произведения: Л. Боккерини «Менуэт», Э. Григ «Утро». К музыкальному сопровождению можно добавить тактильные ощущения, которые может создать педагог, используя волшебную палочку, перышко и т.п.

Таким образом важными элементами в пробуждении детей, после дневного сна являются: музыкальное сопровождение и тактильные ощущения, сопровождающиеся словесным обращением к каждому ребенку.

3.2. Работа с родителями по обеспечению эмоционального благополучия ребенка

В обеспечении эмоционального благополучия ребенка немаловажную роль играют родители. Согласно исследованиям, Л.А. Абрамян, М.И. Лисиной [27], эмоциональное благополучие определяется как устойчивое, эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей, как биологических, так и социальных.

Способность владеть собственными эмоциональными состояниями дает возможность детям понимать и чувствовать других людей. Неумение выражать свои эмоции и чувства правильно, как правило, приводит к скованности, неловкости и определенным трудностям в установлении межличностных контактов.

Задача взрослого способствовать обучению распознавания эмоций и чувств, начиная с объяснения того, что не бывает плохих и хороших эмоциональных проявлений. Эмоции просто есть и ребенок имеет право на их проявление.

В рамках данной работы, для родителей были разработаны рекомендации, которые помогут им способствовать развитию эмоциональной сферы детей и их эмоционального благополучия. Рекомендации представлены по следующим направлениям:

1. Расширять представления детей об эмоциях и их проявлениях. Родителям предлагается рассказывать об эмоциях и эмоциональных проявлениях. Обсуждать чувства и переживания героев сказок, рассказов. Например: «Денискины рассказы Драгунского». Можно предложить ребенку ситуацию и попросить, чтобы он сам предложил варианты эмоционального отклика на эту ситуацию, при этом следует избегать осуждения ребенка, если даже вам кажется, что подобным образом реагировать неправильно, так как цель данной беседы заключается в информировании, познании. Так же можно с детьми рисовать эмоции, в том числе и в виде схематичных изображений, или эмоций животного (котика, зайки). Например, в течение дня предлагать ребенку изображать ту эмоцию, которую он испытывает сейчас.

2. Обсуждать настроение (эмоциональные переживания) ребенка в саду, дома. Предлагать ему рисовать себя (как в пункте выше). Совместно с ребенком изготовить смайлики и размещать их дома. Важно направлять ребенка так, чтобы он не только называл эмоцию, но и описывал ее, пытался обнаружить причину.

3. Раскрывать способы позитивного разрешения конфликтов. Для реализации этого направления с родителями была разработана памятка для родителей «Учим детей правильно разрешать конфликты». Памятка представлена в Приложении В.

4. Создавать положительную атмосферу, в которой формируется личность ребенка, и единый режим, поддерживающийся всей семьей. Демонстрируйте ребенку свое доброжелательное к нему отношение. Относитесь внимательно как к самому ребенку, так и к его проблемам. Поддерживайте инициативу и любознательность.

5. Ценить индивидуальность и неповторимость ребенка. Следует отмечать позитивные достижения ребенка, указывать их в сравнительном аспекте с прошлыми достижениями или проблемами самого ребенка. Ставить реальные задачи и требования, соответствующие его возрастным и индивидуальным особенностям.

Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности ребенка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Именно в условиях взаимной любви ребенок начинает учиться любви сам. Чувство любви, нежности к значимым людям способствует формированию психологически здоровой личности.

В условиях домашнего воспитания родителям следует использовать игры. Например, игры, которые способствуют развитию коммуникативных навыков, выражению своих и прочтению эмоций других людей, способствовать развитию творческого потенциала ребенка и развитию игровых навыков. Такого рода игры будут способствовать формированию позитивных отношений со сверстниками и педагогами, что можно рассматривать как залог эмоционального благополучия.

Родителям можно воспользоваться следующими ресурсами:

1. Мартыненко Л.А. Сборник игр и упражнений «Коммуникативная компетентность дошкольников». М, 2015. 56 с. URL:

https://www.nbcmmedia.ru/electronic_edition/item/1523/ (дата обращения: 21.05.2019)

2. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры. Пособие для практических работников дошкольных учреждений. М, 2001. 48 с. URL: <http://nashaucheba.ru/v34374/> (дата обращения: 21.05.2019)

3. Михеева Е.В. Рекомендации, развивающие игры, упражнения, занятия «Развитие эмоционально-двигательной сферы детей 4–7 лет. Волгоград, 2014. 155 с.

4. Кряжева Н. Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль, 1996. 208 с. URL: <https://klex.ru/h9e> (дата обращения: 21.05.2019)

5. Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №74 комбинированного вида». Картотека игр и игровых упражнений на развитие эмоционально-волевой сферы у детей старшего дошкольного возраста. Красноярск. URL: <http://krasdou.ru/74/images/17-18/str-ped/tabachok/kartoteka.pdf> (дата обращения: 21.05.2019)

Таким образом, был разработан и частично реализован комплекс психолого-педагогических мероприятий по развитию эмоционального благополучия, а также предложены рекомендации для родителей и педагогов по работе с детьми, направленные на улучшения состояния эмоционального благополучия по проблемные режимным моментам, которые были выявлены по результатам проводившегося исследования.

Выводы по Главе 3

1. По результатам диагностического обследования были разработаны рекомендации для родителей по обеспечению эмоционального благополучия ребенка. В рамках данной работы, с родителями отрабатывались следующие направления, необходимые для

обеспечения эмоционального благополучия ребенка: развитие представления детей об эмоциях и их проявлениях; обсуждение переживаний ребенка в саду, дома; раскрытие способов позитивного разрешения конфликтов; создание положительной атмосферы; ценность индивидуальности и неповторимости ребенка. Так же родителям были предложены ресурсы, которые следует использовать в условиях домашнего воспитания.

2. Совместное обсуждение с педагогами планов дальнейшей работы, позволило разработать рекомендации и направления работы по улучшению состояния эмоционального благополучия. В них вошли: рекомендации по улучшению эмоционально-развивающей среды в ДОО; комплекс занятий по обеспечению эмоционального благополучия; рекомендации по организации прогулки и по организации дневного сна.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоциональное благополучие – это комплексное понятие, включающее в себя в основном положительное эмоциональное состояние и позитивный настрой на контакт и общение с другими людьми. Оно определяет эмоциональное самочувствие, так же является показателем успешности эмоциональной регуляции человека и неразрывно связано с его психологическим благополучием и эмоциональным здоровьем. Для того, чтобы личность ребенка формировалась здоровой и гармоничной, необходимо создание правильных условий обеспечения эмоционального благополучия, важнейшим из которых являются удовлетворение базовых психологических потребностей ребенка.

Результаты проведенного эксперимента показали, что у 37,5% респондентов было выделено состояние эмоционального неблагополучия, эмоционально нейтральное состояние и состояние эмоционального благополучия было выявлено у 31,25% исследуемых.

Наиболее проблемным из режимных моментов как показали результаты стала прогулка, во время нее 50% исследуемых чувствуют состояние эмоционального неблагополучия, 31,25% испытывают эмоционально нейтральное состояние и только 18,75% детей показывают результат эмоционального благополучия.

По результатам диагностики была проведена работа с родителями и педагогами, по обеспечению эмоционального благополучия детей. Были разработаны рекомендации по организации проблемных режимных моментах, а также комплекс занятий по обеспечению эмоционального благополучия.

Поставленная цель изучения особенностей эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста, в условиях образовательной организации, и разработка рекомендаций по его обеспечению была достигнута. Цель была реализована с помощью проведения методики диагностики эмоционального благополучия Т.С. Воробьевой.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт дошкольного образования: утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013, №1155 // Министерство образования и науки Российской Федерации. М, 2013.
2. Аболин Л.М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека. Казань: Изд-во Казанского университета, 1987. 262 с.
3. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. М.: Академия, 2007. 528 с.
4. Бадулина О.И. Педагогические основы эмоционального благополучия дошкольников: дисс... канд. пед. наук. М, 1998. 125 с.
5. Басов М.Я. Избранные психологические произведения. М.: Педагогика, 1975. 125 с.
6. Беличева С.А. Сложный мир подростка. Средне-Уральск: Средне-Уральск. книжное изд-во, 1984. 129 с.
7. Белкин А.С. Ситуация успеха: как ее создать: книга для учителя. М.: Просвещение, 1991. 176 с.
8. Бреслав Г.М. Психология эмоций. М.: Академия, 2004. 544 с.
9. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. М.: Педагогическое общество России, 2000. 192 с.
10. Воробьева И.В., Кружкова О.В. Эмоциональное благополучие младшего школьника в семье нарушения семейного воспитания и риски вандализма // Педагогическое образование в России. 2015. № 11. С. 138–144.
11. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. М.: Эксмо, 2005. 310 с.
- 12..... Гурьев М.Е. Сущность и структура эмоциональной сферы личности // Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии. 2014. № 41. С. 125–139.

13. Доманецкая Л.В. Общение и эмоциональное благополучия ребенка дошкольного возраста: учеб. пособие к спецкурсу по психологии. Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2008. 160 с.

14..... Дробная А.С. Эмоциональное благополучие как компонент психологического здоровья дошкольников в ДОО // Научный журнал. 2016. № 6. С. 135–136.

15. Иванова Е.В., Шаповаленко И.В. Комплексная оценка эмоционального благополучия дошкольника // Актуальные проблемы психологического знания. 2016. № 2. С. 23–35.

16. Идобаева О. А. Исследование эмоционального благополучия современных подростков как предпосылка коррекционной работы школьного психолога: дисс... канд. психологич. наук. М, 1998. 143 с.

17. Изард К.Е. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2006. 464 с.

18. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребёнка. М: Академия, 2004. 288 с.

19. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2002. 749 с.

20. Ильина И.Ю. Предметно-развивающая среда как средство обеспечения эмоционального благополучия дошкольников ДОУ // В сборнике: Проблемы и перспективы дошкольного и начального образования: современный научный поиск. 2013. С. 288–290.

21. Кипина О.А., Чистякова Е.В. Педагогические условия формирования эмоционального благополучия у детей старшего дошкольного возраста // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2014. №2. С. 89–91

22..... Клочкова Е.Г. Эмоциональное здоровье дошкольников как основа социально-коммуникативного развития // Методист. 2015. № 9. С. 66–68.

23. Ковалёва И.С., Никешина И.М., Черепанова Т.А. Предметно-пространственная развивающая среда как средство обеспечения эмоционального благополучия дошкольников // Наука и образование: новое время. 2014. № 3. С. 135–137.

24. Кошелева А.Д., Перегуда В.И., Шаграева О.А. Эмоциональное развитие дошкольников: учеб. пособие. М.: Академия, 2003. 168 с.
- 25..... К
равцов Г.Г. Проблема личности в культурно-исторической психологии // Культурно-историческая психология. 2006. № 1. С. 18–25.
- 26..... К
узнецова Т.Д. Проблемы развития эмоциональной сферы дошкольников // Материалы Международной научной конференции, 2014. С. 77–80.
27. Лисина М.И. Общение, личность и психика ребенка. М.: Институт практической психологии, 1997. 216 с.
28. Мазурина Н.Б. Эмоциональное благополучие дошкольника в группе взаимоотношений со сверстниками // Молодой ученый. 2016. № 6. С. 796–799.
- 29..... Од
инцова В.В., Горчакова Н.М. Эмоциональное благополучие как интегративная характеристика эмоциональной сферы // Вестник Санкт-Петербургского университета. 2014. № 1. С. 69–77.
30. Психология мотивации и эмоций/сост. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.В. Фаликман. М.: Астрель, 2002. 752 с.
31. Урунтаева Г.А. Дошкольная психология. М.: Академия, 2001. 336 с.
32. Фаустова И.В., Гамова С.Н. Эмоциональное благополучие ребенка-дошкольника как предпосылка развития его эмоциональной устойчивости // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 6. С.31–50.
33. Филиппова Г.Г. Эмоциональное благополучие ребенка и его изучение в психологии // Детский практический психолог. 2001. № 5. С. 195–203.
34. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. М.: Генезис, 2007. 176 с.

35. Шепилова Н.А. Технология развития уверенности в себе у детей дошкольного возраста // Культурогенезные функции образования: развитие инновационных моделей: сборник научных статей. 2015. С. 17–20.

36. Шепилова Н.А. Условия эмоционального благополучия дошкольников в ДОО // Новая наука: От идеи к результату. 2016. № 4. С. 89–91.

37. M. C. McCormick, K. Workman-Daniels. The behavioral and emotional well-being of school-age children // Pediatrics. Т.97. 1996. №1. P. 18–25.

38. G. Alperstein, S. Raman. Promoting mental health and emotional well-being among children and youth: a role for community child health // Child: Care, Health and Development. 2003. Т. 29. № 4. P. 269–274.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Лекция для педагогов: Эмоционально-развивающая среда в группе ДОО.

Эмоционально-развивающая среда в группе включает в себя 4 компонента:

1. Взаимодействие педагога с детьми;
2. Оформление интерьера группового помещения;
3. Стабильность окружающей среды;
4. Эмоционально-активизирующая совместная деятельность воспитателя с детьми.

Важным фактором взаимодействия педагога с детьми выступают эмоционально-личностные особенности педагога и его речь. Положительный настрой во взаимодействии создает внимательное, приветливое отношение и эмоциональная речь, окрашенная ласковыми словами.

Взаимодействие педагога с детьми формируется из следующих составляющих: это контакт глаз, физический контакт и пристальное внимание.

Контакт глаз. При общении с детьми, воспитатель организывает с ними контакт «на уровне глаз». Воспитатель наклоняется к ребенку, садится на маленький стульчик, располагается вместе с ним на ковре или на диване. Иначе говоря, выходит с ребенком на один уровень. Это прямой взгляд в глаза другому человеку. Ребенку необходим такой контакт со взрослыми для эмоциональной подпитки. Это придает уверенности детям при общении со взрослыми. Ласковый взгляд снижает уровень тревожности и уменьшает страхи у ребенка, укрепляет в нем чувство безопасности и уверенности в себе. Избегание контакта глаз служит одним из первых признаков эмоционального неблагополучия ребенка.

Физический контакт. К физическому контакту можно отнести: легкое объятие, прикосновение к ребенку, его руке, поглаживание по голове и т.п. Ребенку в общении необходимо чувствовать нежные прикосновения

взрослого. Чтобы ребенок чувствовал себя уверенно и спокойно с собой и другими, чтобы он легко общался с людьми и у него вырабатывалась положительная самооценка: физический контакт должен быть естественным, не быть демонстративным и чрезмерным.

Пристальное внимание. Пристальное внимание является жизненно важной потребностью каждого ребенка. Он должен чувствовать неподдельный интерес к своей персоне со стороны родителей и педагога, заботливую сосредоточенность, готовность прийти на помощь в нужный момент. Если ребенок не получает должного внимания, он чувствует себя беспокойно, он ощущает, что все важнее его, он мало что значит. В результате ребенок не чувствует себя в безопасности, нарушается его психическое и эмоциональное развитие. Такой ребенок более замкнут, ему труднее общаться со сверстниками.

Вторым, основным компонентом эмоционально-развивающей среды является оформление интерьера группового помещения. В оформление группового интерьера входят: удобная мебель, комфортный температурный режим, благоприятное цветовое оформление, пространственное решение группы – наличие специально-организованных зон.

Например, в пространстве группы можно выделить место, под следующие специально-организованные зоны:

Уголок приветствия.

Цель: способствовать психическому и личностному росту ребенка, сплочению детского коллектива, создание позитивного эмоционального настроения, атмосферы группового доверия и принятия.

Например, Стенд «Здравствуй, я пришел!». На стенде будут висеть фотографии детей, которые ребенок будет разворачивать лицом, при приходе в детский сад, тем самым подтверждая свое присутствие. По аналогии можно создать стенд «Моё настроение». На котором будут также висеть фотографии детей, на которые они будут прикреплять специальные заготовки в виде

смайликов, обозначающих настроение. В течении дня смайлики как настроение детей могут меняться.

Уголок достижений.

Цель: повышать самооценку, уверенность детей в себе, предоставлять позитивную информацию для родителей, способствующую установлению взаимопонимания между ними; научить детей чуткому, уважительному и доброжелательному отношению к людям.

Например, «Копилка добрых дел». Панно с карманчиками с именами детей, в которые будут вкладываться бонусы за про добрый поступок. Еще одним уголком достижений может выступать «Дерево добрых дел». Изображенное дерево с фотографиями детей, на которые прикрепляются лепестки за хорошие поступки. В конце недели детей, которые набрали больше лепестков, или по аналогии бонусов, ждет приятное поощрение.

Уголок гнева.

Цель: дать возможность детям в приемлемой форме освободиться от переполняющего их гнева, раздражения и напряжения.

Это может быть любая коробка, куда ребенок может выбросить свою «злость и обиду» (сжав предварительно кулачки, смяв лист бумаги, порвав на кусочки газету)

Домашний уголок.

Цель: способствовать преодолению адаптации и возникающего чувства одиночества; способствовать установлению позитивного эмоционального микроклимата в группе.

Чаще используется для малышей. В группе отводят специальное место, в которое дети могут приносить свои вещи, которые напоминают им о доме: это могут быть фотографии родителей, любимые игрушки и др. Такой уголок будет максимально напоминать обстановку в детском саду, на домашнюю.

Третьим компонентом выступает стабильность окружающей среды, которая способствует устойчивому чувству безопасности и эмоциональному комфорту. Стабильность окружающей среды включает в себя в первую

очередь режим, определенную продолжительность и чередование различных занятий, отдыха и сна, регулярное правильное питание, выполнение правил личной гигиены, обеспечение полноценной физической нагрузки.

Четвертая, заключительная составляющая эмоционально-развивающей среды – это эмоционально-активизирующая совместная деятельность воспитателя с детьми. Она включает в себя в первую очередь разные виды игр и упражнений, направленных на эмоциональное развитие дошкольника.

В игре активно формируются или перестраиваются психические процессы, начиная от самых простых и заканчивая самыми сложными. Направления игр, способствующих оптимизации эмоционально-чувственной сферы ребенка:

1. Игры с детьми на накопление эмоций, направленные на создание положительного эмоционального настроения для каждого ребенка в группе детей.

2. Игры на эмоциональное общение ребенка со сверстниками и взрослыми, способствующие вызывать у детей радость от общения друг с другом и со взрослыми.

3. Игры на преодоление негативных эмоций, направленные на снятие эмоционального и мышечного напряжения, избавления от страхов.

4. Игры на снятие эмоционального напряжения, релаксацию, позволяющие снять эмоциональное и мышечное напряжение, расслабиться.

5. Игры на развитие эмпатии у детей, направленные на развитие у детей умения понимать чувства и состояния других людей, и развитие способности сопереживать и сочувствовать.

Так же развитию эмоционального благополучия детей, способствует проведение психогимнастики. Психогимнастика представляет собой, проведение специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (его эмоционально-личностной и познавательной сфер). Эти занятия особенно будут полезны детям с повышенной утомляемостью, непоседливостью, вспыльчивым и замкнутым

характером и т.п. Для всех остальных психогимнастика будет выступать в качестве психофизической разрядки и профилактики.

Комплекс занятий, направленный на развитие эмоционального благополучия детей среднего дошкольного возраста.

Примеры занятий:

Занятие 1.

Используемые материалы: картинки с бабочками, игрушка бабочки, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Полька», музыкальный проигрыватель.

Ход занятия.

Приветствие.

Цель – мотивация к деятельности, первичное знакомство с правилами на занятиях. Форма – беседа.

Описание: Психолог предлагает детям отправиться вместе с ним в путешествие к одной его знакомой. При этом соблюдая несколько условий: идти необходимо всем вместе, не разбегаться, говорить о одному, не перебивая собеседника, помогать друг другу, не обижать и не драться друг с другом, и как только услышат три хлопка – должна наступить тишина. Далее все становятся в паровозик и отправляются в путешествие.

Игра «Паровозик».

Цель – сформировать эмоциональный настрой на занятие. Форма – игра.

Описание: Ребята становятся в паровозик и отправляются в путь. При этом по дороге поют песенку: Едет, едет паровоз, в гости он друзей повез. Две трубы, сто колес, в гости он друзей повез. Две трубы, сто колес в гости он друзей привез. Ту-ту-ту...

Основная часть.

Знакомство с бабочкой.

Цель – развитие навыков представления себя, поддержание интереса к деятельности. Форма – беседа.

Описание: Дети с психологом приезжают на «паровозике» к бабочке (игрушка). «Бабочка» приветствует своих гостей и рассказывает, что ее зовут бабочка – Зоя и она очень любит летать и отдыхать на цветочках. Спрашивает, как зовут каждого ребенка и что он любит делать, каждому пожимает руку.

Игра «Полет бабочек».

Цель – снижения мышечного напряжения, усвоение правила три хлопка и тишина, повышение эмоционального фона, создание условия для самовыражения. Форма – подвижная игра.

Описание: Дети стали бабочками и красиво летают-танцуют над полем. Но как только прозвучат три хлопка, бабочки тут же должны присесть на цветочки и должна наступить тишина. Игра проводится в 3–4 приема.

Прощание.

Цель – принятие правил занятия, развитие рефлексии. Форма – беседа.

Описание: «Бабочка» хвалит ребят, что они так много знают и как дружно они играли вместе с ней. Указывает, что это потому что ребята соблюдали правила. Спрашивает ребят помнят ли они во что играли с бабочкой. Приглашает их в следующий раз в гости, прощается со всеми.

Игра «Паровозик».

Цель – сформировать эмоциональное завершение занятия. Форма – игра.

Занятие 3.

Используемые материалы: цветная бумага А3, музыкальное сопровождение П.И. Чайковский «Щелкунчик: танец феи драже», шум дождя, музыкальный проигрыватель, цветные карандаши, клей, картинка радуги, цветные бумажные кружки, зонт.

Ход занятия.

Приветствие.

Игра «Паровозик» из занятия 1.

Основная часть. Волшебные портреты.

Цель – создание наглядной системы для осознания успешности. Форма – беседа.

Описание: На ковре разложены листы цветной бумаги, для каждого ребенка. Это «волшебные портреты». Тот портрет на против которого сел ребенок будет его, а портрет показывает не просто его лицо, а то что человек делает очень хорошо, то что у него получается. Далее, чтобы портреты ожили, детям предлагается нарисовать себя на «волшебном портрете» (листе цветной бумаги).

Игра «Дождик».

Цель – создание ситуации успеха, переживание комфорта. Форма – подвижная игра.

Описание: Психолог спрашивает ребят, что делают, когда начинается. Сейчас пока будет играть музыка вы словно бабочки будете летать по нашей полянке, а когда услышите дождик, сразу бегите под зонтик что бы не промокнуть. Включается аудиозапись где чередуется музыка и звук дождя. Повторить 2–3 раза.

Опрос «Радуга».

Цель – создание ситуации успеха, переживание комфорта. Форма – опрос.

Описание: Дети встают кружочком и рассматривают радугу. Психолог показывает цветной кружочек и спрашивает у каждого ребенка какой это цвет, если ребенок угадал, психолог отдает кружок ему.

Прощание.

Волшебные портреты.

Цель – переживание успеха и осознание успешности. Форма – беседа, аппликация.

Описание: Психолог спрашивает детей что сегодня делали на полянке. Всем раздает по картинке за быстроту и внимательность (на картинке бегущий ребенок). И предлагает наклеить цвета и картинки на волшебные портреты, посмотреть, что у них получилось.

Игра «Паровозик» из занятия 1.

Занятие 5.

Используемые материалы: игрушка бабочка, картинка художника А4 и маленькие по количеству детей, волшебные портреты, клей, Гуашь и кисти по количеству детей, «мольберт» – вертикально закрепленное оргстекло в количестве половины группы. Музыкальное сопровождение К. Дебюсси «Лунный свет», музыкальный проигрыватель.

Ход занятия.

Приветствие.

Игра «Паровозик» из занятия 1.

Встреча с бабочкой.

Цель – поддержание интереса к деятельности. Форма – беседа.

Описание: Психолог с детьми подъезжает на «паровозике» к бабочке. Располагаются на ковре вокруг нее. «Бабочка» приветствует своих гостей пожимая руку и называя имя, предлагает попробовать таким образом поздороваться по кругу.

Основная часть.

Рисунок «Два художника».

Цель – создать ситуации успеха и их осознание в ситуациях взаимоотношений со сверстниками. Форма – продуктивная деятельность в парах: рисование.

Детям предлагается попробовать стать художниками, но необычными, картину нужно будет нарисовать вдвоем. Для этого на пару детей устанавливают стеклянный «мольберт», каждому дают гуашь и кисточку. Детей рассаживают с разных сторон от «мольберта» и предлагают рисовать по очереди на стекле один рисунок, так у них получится общая картина. Перед тем как начать рисовать детей просят сказать и показать место где он будет рисовать. По окончании работы проходит выставка художников.

Игра «Краска».

Цель – снижение мышечного напряжения, создание ситуации успеха. Форма – подвижная игра.

Описание: Чертятся две линии. Выбирается водящий – краска, он становится между этими линиями. Все остальные – на одной из них. Водящий отворачивается от детей и называет какой-либо цвет и поворачивается. Если такой цвет есть в одежде ребенка, то он может спокойно пройти на другую сторону, показав цвет. Если нет – должен пробежать так, чтобы водящий не осалила его.

Игра «Волшебные портреты» из занятия 3, задание: приклеить картинку художника.

Прощание.

Игра «Паровозик» из занятия 1.

Приложение В.

Памятка «Учим детей правильно разрешать конфликты»

Конфликт – это не всегда плохо. Конфликт может помочь нам осознавать свои истинные намерения и интересы, он помогает нам лучше понимать намерения других людей. Также конфликт приводит к сплочению людей со одинаковыми взглядами.

Конфликтных ситуаций в детском возрасте множество, и во многих из них бывает трудно разобраться. Обычно, все детские ссоры разрешаются сами собой, поэтому их нужно воспринимать как естественные явления. Все стычки и разногласия можно расценивать как первые уроки жизни, с окружающим миром и окружающими людьми, это своеобразный этап в жизни ребенка, этап обучения методом проб и ошибок, без которого ребенку не обойтись. Взрослым не стоит лезть в конфликты детей, без особой необходимости. Тем самым давая им возможность, самим научиться разрешать споры, и выходить из конфликтных ситуаций.

А в это им можете помочь вы.

Существует два способа разрешения конфликта:

Деструктивный

– «Уйду, и не буду с ним общаться»; «Сам буду играть»; «Позову взрослого, и она заставит всех помириться»; «Всех побью и заставлю играть»; «Предложу другую игру».

Конструктивный «Спрошу у ребят, во что лучше поиграть»; «Попробую договориться».

Основные этапы разрешения конфликта

1. Правила общения в конфликте: Говорить спокойно, не перебивать собеседника, выслушивать его до конца. Телесный контакт разрешен только в положительной форме (объятия, поглаживания и т.п.). Не обзывать.

2. Высказывание каждой точки зрения, с чего начался конфликт.

3. Обсуждение возможных вариантов решения конфликта.

4. Выбор лучшего компромиссного решения.

Детям нужно объяснять, что компромисс — это не победа и не поражение. Компромисс состоит в том, чтобы прийти к такому выводу (сделать такой выбор), который устроит всех участников конфликта. Это может быть такой вариант, которого изначально не желали спорщики.

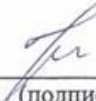
Ребенка необходимо учить словесной инструкции, разрешению проблемы словами. На своем примере показывайте ребенку как это делать, отстаивать свои интересы, тем самым он начнет сам подражать вам.

Лист нормоконтроля

Обучающийся Михарева Кристина Владимировна
фамилия, имя, отчество

Тема ВКР: Обеспечение эмоционального благополучия
детей 4-5 лет в условиях дошкольной
образовательной организации

Нормоконтроль пройден.

Нормоконтролер  7.06.2019 Василькова Н. Г.
(подпись, дата) (расшифровка подписи)