

## РАЗВИТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДСТВАМИ ПСИХОГИМНАСТИКИ

Пашенко Т.З., Новаковская В.С.

*Технический институт (филиал)  
ГАОУ ВПО «Северо-восточный федеральный  
университет им. М.К. Аммосова», Нерюнгри,  
e-mail: lora.vlasenko@yandex.ru*

Возросший последнее время интерес к изучению эмоционально-волевой сферы обусловлен тем, что выяснение закономерностей эмоционально-волевого развития может значительно углубить и понимание механизмов развития интеллекта личности в целом. Основной формой существования личности является ее развитие, которое предполагает внутренние изменения в психике, сознании, мышлении, ценностях, потребностях, мотивах и т.д.

Начальная школа наряду с когнитивной стороной развития должна ориентироваться и на формирование у ребенка ценностных ориентации, развитие его эмоционально-волевой сферы, выработку аффективных стереотипов, на основе которых осуществляется поведение человека. Реализация этой задачи потребует внести существенные коррективы в содержание начального образования, методы и средства обучения, которые должны быть адекватными цели формирования личности школьника в целом: его интеллектуальной, волевой и эмоциональной сфер [1].

Важнейшим аспектом формирования личности ученые считают развитие эмоционально-волевой сферы, выполняющей функцию регуляции жизнедеятельности.

Изучением этой проблемы занимались многие психологи и педагоги: А.Е. Ольшанникова, В.И. Селиванов, С.Л. Рубинштейн, В.В. Ветрова, Л.И. Божович, А.И. Захаров, В.А. Сластенин, В.П. Каширина, И.В. Дубровина, Г.А. Цукерман, А.Л. Венгер, М.И. Лисина, Р.С. Немов, С.Г. Якобсон, Г.С. Никифоров и др [3].

Актуальность проблемы состоит в том, что при отсутствии целенаправленного формирования эмоционально-волевой сферы личности в условиях стихийного развития школьники оказываются неспособными к саморегуляции учебной деятельности. У детей с неразвитой эмоционально-волевой сферой наблюдается неустойчивость и слабая целенаправленность деятельности, повышенная отвлекаемость, импульсивность, гиперактивность. Не случайно учителя-практики отмечают возрастание отклонений аффективного развития современного ребенка. Работа учителя в последние годы осложняется тем, что появляется все больше и больше детей, склонных к ссорам и агрессии, избегающих своих сверстников, замкнутых, и т.д. Немалую роль в возникновении подобных трудностей играет обедненная эмоциональная жизнь ребенка, все это может способствовать

развитию у детей общего эмоционального неблагополучия.

Поэтому своевременное проведение коррекционной программы, способствует снижению тревожности и формированию адекватного поведения младших школьников. Для этого важно необходимость изучения и использования средства психогимнастики в психопрофилактической работе с практически здоровыми детьми с целью психофизической разрядки. Использовать различные этюды, игры, упражнения, психомышечные тренировки которые повлияют на эмоциональные и волевые качества младших школьников. Общей задачей психогимнастики является сохранение психического здоровья и предупреждение эмоциональных расстройств у детей.

К сожалению, на современном этапе мало изучено и остаётся нерешенным ряд вопросов по формированию эмоционально-волевой сферы младших школьников средствами психогимнастики. Его места и роли в системе начального обучения, влияния на познавательную деятельность младших школьников. Значительный вклад по психогимнастике внесли такие психологи – практики как: М.И. Чистякова, Г. Юнова, Е.А. Алябьева и другие [2, 4].

Психолого-педагогическое исследование эмоционально-волевой сферы детей прошло на базе МОУ СОШ № 2 г. Нерюнгри РС (Я), 2 «А» и 2 «Б» классы. Программа психологического исследования включала в себя:

- 1) методика М.И. Чистяковой (тест «Карты настроения»);
- 2) диагностика методики изучения самооотношения и самопринятия В.В. Ветровой (тест «Автопортрет»);
- 3) диагностика методики исследования характера эмоционально-оценочных суждений Е.Ю. Артемьевой.

Данные исследования динамики методики М.И. Чистяковой показали, что четыре школьника (20%) в контрольном классе и шесть школьников (27%) в экспериментальном классе на низком уровне определяют различные эмоционально-волевые качества человека. Однако большая часть школьников как экспериментального, так и контрольного классов в разной степени также нуждаются в поддержании и развитии определения эмоционально-волевых качеств человека.

Данные диагностики методики изучения самооотношения и самопринятия В.В. Ветровой (тест «Автопортрет») показали, что в контрольном классе 3 учеников (15%), и в экспериментальном классе 8 учеников (36%) имеют низкий уровень самопознания и саморегуляции. Большинство учеников экспериментального и контрольного в классах имеют средний показатель самопознания и саморегуляции.

Данные диагностики методики исследования характера эмоционально-оценочных

суждений Е.Ю. Артемьевой показали, что большинство учеников экспериментального и контрольного в классах имеют средний показатель эмоционально-оценочного суждения.

В этой связи нами разработана программа формирующего эксперимента, включающая в себя кружок «В мире ярких красок». В основе кружка авторские материалы психологов – практиков: М.И. Чистяковой, Г. Юновой, Е.А. Алябевой.

Целью кружка – исследовать развития эмоционально-волевой сферы младших школьников средствами психогимнастики. Формирующий эксперимент осуществляется с ноября 2010 г.

Ожидаемыми результатами являются: обучение элементам техники выразительных движений, использование выразительных движений в воспитании эмоций и высших чувств, приобретение навыков в саморасслаблении.

#### Список литературы

1. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2008. – 713 с.
2. Чистякова М.И. Психогимнастика / под ред. М.И. Буянова. – М.: Просвещение, 1990. – 128 с.: ил. – ISBN 5-09-002823-0
3. Немов Р. С. Психология: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. – 4-е изд. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – Кн.2: Психология образования. – С. 608.
4. Алябева Е.А. Психогимнастика. Методические материалы в помощь психологам и педагогам. – М.: ТЦ «Сфера», 2003. – С. 88.

### ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ПОСРЕДСТВОМ ФАКУЛЬТАТИВА «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО ТРОПЕ ЗДОРОВЬЯ»

Соломина Е.В., Мамедова Л.В.

*Технический институт (филиал)  
ГАОУ ВПО «Северо-Восточный федеральный  
университет им. М.К. Аммосова», Нерюнгри,  
e-mail: lora.vlasenko@yandex.ru*

В последние годы в нашем обществе все очевиднее становится катастрофическое ухудшение здоровья учащихся. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школы на здоровье детей. Закономерно возросло внимание и к здоровью школьников, потому что состояние здоровья подрастающего поколения является важнейшим показателем благополучия общества и государства, отражающим не только ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Поэтому с раннего возраста необходимо формировать культуру здоровья младших школьников.

В Федеральном Государственном образовательном стандарте начального общего образования отмечается, что: «основная образовательная программа начального общего образования определяет содержание и организацию образовательного процесса на ступени начального общего образования и направлена на формирова-

ние общей культуры, сохранение и укрепление здоровья обучающихся» [1].

Формирование культуры здоровья становится все более актуальной. Актуальность данного исследования обусловлена потребностью человека, общества и государства в формировании культуры здоровья младших школьников. Исследованием этого вопроса занимались многие педагоги, философы, психологи доктора медицинских наук – такие, как И.И. Брехман, Л.И. Занина, А.П. Баранов, С.С. Боткин, В.М. Бехтерев, Б.Н. Чумаков, В.И. Глазко и другие.

Но в данных работах недостаточно уделено внимания методам и приемам, направленным на формирование культуры здоровья на факультативных занятиях. Поэтому нами была составлена программа факультатива «Путешествие по тропе здоровья» для учащихся второго класса, целью которого является формирование культуры здоровья младших школьников.

При составлении программы мы основывались на программу авторов Л.А. Обуховой, Н.А. Лемяскиной, О.Е. Жиренко «Новые 135 уроков здоровья или школа докторов» ориентированной на формирование у обучающихся позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

Изучение культуры здоровья, воспитание здорового образа жизни является формированием положительной учебной мотивации на раннем этапе развития ребенка. Этот вопрос помогают решать занятия факультатива «Путешествие по тропе здоровья». Здесь в игровой форме закладываются навыки правильного режима дня, знание о строении организма, умение на практике изучать его функции, а также осуществлять тесную связь с природой. Опыт проведения таких занятий показывает, что они хорошо воспринимаются детьми, приносят положительные результаты. Программа дает школьнику возможность открыть в себе главные психологические и физические возможности.

Факультатив имеет два направления – теоретическое и практическое. По степени значимости они практически равнозначны. Программа рассчитана на объем во 2 классе 28 часов в год.

Каждый раздел имеет следующую структуру: теоретический блок, практический блок, контрольные задания, тестирование. Темы построены по алгоритму: лекционный материал (беседа, чтение художественных произведений, экскурсия); практические занятия (деловая игра, сюжетная игра, сюжетно-ролевая игра, дидактическая игра, обыгрывание диалогов, проигрывание ситуаций); индивидуальная работа и контрольные занятия.

В процессе обучения учащимся предлагаются различные формы итоговых испытаний: реферат, деловая игра, тестирование программ-