

# **ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА И УСЛОВИЯ ЕГО ДОСТИЖЕНИЯ В ОРГАНИЗОВАННОЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **EMOTIONAL WELL-BEING OF ELDER PRESCHOOL CHILDREN AND ITS ACHIEVEMENT CONDITIONS IN ORGANIZED MOTOR ACTIVITIES**

*Го Кэ / Guo Ke*

*аспирант,  
Белорусский государственный педагогический  
университет имени Максима Танка,  
Минск, Республика Беларусь*

*В. Н. Шебеко / V. N. Shebeko*

*кандидат педагогических наук, доцент, профессор,  
Белорусский государственный педагогический  
университет имени Максима Танка,  
Минск, Республика Беларусь*

В статье раскрываются педагогические условия достижения детьми старшего дошкольного возраста эмоционального благополучия в организованной двигательной деятельности. Представлены показатели, определяющие эмоциональное благополучие воспитанников, описана методика их использования в процессе обучения движениям.

The article reveals the pedagogical conditions of the achievement of emotional well-being for elder preschool children in organized motor activities. The indicators that determine the emotional well-being of pupils are presented, and the methodology of their use in the process of teaching movements is described.

**Ключевые слова:** эмоциональное благополучие, педагогические условия, организованная двигательная деятельность, ритмические упражнения, познавательная активность, адекватная самооценка, произвольная саморегуляция поведения.

**Keywords:** emotional well-being, pedagogical condition, organized motor activity, rhythmic exercise, cognitive activity, adequate self-esteem, self-regulation of arbitrary behavior.

Эмоциональное благополучие ребенка дошкольного возраста является основой положительного развития всех сторон его личности.

В связи с этим достижение эмоционального благополучия детьми в учреждении дошкольного образования рассматривается как важная педагогическая задача, определяющая разработку педагогических условий гармоничного развития воспитанников. В настоящее время понятие «эмоциональное благополучие» активно представлено в психолого-педагогических исследованиях. Его описание определяется как эмоционально-оценочное отношение человека к своей жизни, своей личности, взаимоотношениям с другими и процессам, имеющим важное значение с точки зрения усвоенных нормативно ценностных и смысловых представлений о «благополучной» внешней и внутренней среде, выражающейся в удовлетворенности ею [2; 3]. Данное определение является отправными при интерпретации понятия «эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста». Исследователями оно определяется как устойчиво-положительное, комфортно-эмоциональное состояние ребенка, являющееся основой его отношения к миру и влияющее на особенности переживаний, познавательную сферу, эмоционально-волевую, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками [5]. Педагогические условия, способствующие эмоциональному благополучию детей, включают работу по преобразованию системы педагогического взаимодействия, воспитания и обучения детей с целью создания у них положительного эмоционального фона настроения, доминирования положительных эмоций, реализации потребности в позитивном самоутверждении.

Потребность в движении – одна из важнейших в дошкольном возрасте. Именно телесные движения выступают в качестве операционального компонента овладения ребенком другими, в том числе продуктивными, видами детской деятельности (изобразительной, игровой, познавательно-исследовательской и др.), необходимыми для его психического развития [1]. Вместе с тем известно, что в дошкольном возрасте овладение новыми движениями происходит на фоне еще не совсем ясных представлений и знаний о технике выполнения изучаемых движений, внутренней взаимосвязи их элементов, что является причиной повышенной тревожности, негативного эмоционального состояния. Психотравмирующим фоном здесь выступает характерная для детей этого возраста категориальная структура мышления (мыслительная форма обобщений), представленная малодифференцированными психическими образованиями, находящимися в стадии развития [4; 6]. Именно поэтому при обучении движениям необходимо учитывать составляющую психического развития ребенка, обеспечивающую мобилизацию его внутренних психологических ресурсов, влияющую на эмоционально-положительное отношение к обучению.

В нашем исследовании под педагогическими условиями эмоционального благополучия детей старшего дошкольного возраста в ор-

ганизованной двигательной деятельности понимается комплекс мер (содержание, формы, методы, средства обучения), воздействующих как на психическое (эмоциональное), так и физическое развитие (физическая подготовленность) ребенка при реализации личностно ориентированной модели педагогического взаимодействия. Разработка содержания педагогических условий осуществлялась с учетом комплекса составляющих психического развития детей:

- развитие познавательной активности ребенка, дающей ему возможность воспринимать и оценивать двигательную деятельность, самому находить двигательное решение, подтверждение или опровержение собственных представлений;

- формирование адекватной самооценки, способствующей умению обдумывать двигательные действия и устранять ошибки, соотносить результат выполнения физических упражнений с тем, который ребенком предполагался, осуществлять самоанализ техники выполнения физических упражнений, оценивать свои достижения в организованной двигательной деятельности;

- развитие произвольной саморегуляции поведения, способности ребенка владеть и управлять собой, осознанно снижать эмоциональное напряжение.

Развитие познавательной активности детей осуществлялось в условиях включения мыслительных операций и интеллектуальных действий во все виды организованной двигательной деятельности. Операции анализа, сравнения, синтеза, нахождения сходства и различия в технике выполнения физических упражнений насыщали каждую форму работы с воспитанниками. С этой целью использовались двигательные задания, подвижные и дидактические игры физкультурной тематики, заставляющие ребенка наблюдать, вспоминать, сравнивать, находить выход из создавшейся двигательной ситуации. Так, развитию умения обобщать, объединять физические упражнения в группы, переходить от внешних элементов движения к обобщенным способствовало деятельность, в которой существовала определенная иерархия задач различной степени трудности, причем результаты их достижения (успехи и неудачи) легко определялись самими детьми. Им предлагалось: создать первоначальный образ двигательного действия, обобщив его по характерным признакам; обобщить полученные двигательные навыки и перенести их в новую двигательно-игровую ситуацию. Этому способствовали также подвижные игры, в которых присутствовала логическая операция обобщения. Попутно с развитием мышления осуществлялось развитие и других познавательных процессов (память, внимание, восприятие). Изменения в деятельности какого-либо одного элемента системы вызывали изменения в деятельности других его

звеньев. Включение в образовательный процесс «интеллектуальных» упражнений и игровых заданий, способствующих развитию познавательной активности ребенка, перестраивало его моторику, обеспечивало быстрое, осмысленное запоминание и воспроизведение двигательных действий, умение самостоятельно их выполнять, принимать двигательные решения, уверенно действовать в условиях меняющейся окружающей среды. Это благоприятно сказывалось на эмоциональном состоянии детей, являлось базисом их устойчивого эмоционального благополучия.

Формирование самооценки ребенка, умения посмотреть на себя со стороны осуществлялось на основе самоанализа техники выполнения физических упражнений. Психологическим механизмом самооценки выступали два компонента: когнитивный и эмоциональный. Когнитивный компонент был связан с теоретическим наполнением содержания организованной двигательной деятельности новой информацией. Дети приобретали знания о том, как взаимодействует их организм и внешняя среда, как сохранить здоровье, правильно регулируя свою двигательную активность, получали знания о видах и элементах физических упражнений (название, исходное положение, элементы техники), знакомились с правилами их выполнения. Эмоциональный компонент (или аффективный) формировался путем оценки ребенком своих достижений в организованной двигательной деятельности. Основное внимание обращалось на воспитание осознанного восприятия и выполнения детьми физических упражнений. С этой целью использовались двигательные задания, которые учили детей определять доступные и конкретные цели, активно стремиться к их достижению, вырабатывали уверенность в себе, способность самоорганизовывать свою деятельность. Детям предлагалось: выполнить упражнение по его названию; найти общее в схеме и рисунке, изображающих один и тот же вид физического упражнения; перестроить упражнение по образцу, словесному указанию экспериментатора; выполнить упражнение в разных вариантах; сравнить свои действия с прежними собственными результатами. Направленность детей на собственные внутренние и внешние действия рождала способность управления собой, самооценивания себя.

Достижением в формировании самооценки выступала саморегуляция ребенком собственной деятельности (контроль над своим поведением). В исследовании необходимость саморегуляции возникала тогда, когда ребенок сталкивался с новой, необычной для него проблемой или находился в состоянии повышенного эмоционального и физического напряжения. Для саморегуляции таких состояний использовался «метод ритмической гимнастики» – психологического раскрепощения ребенка через освоение им своего тела на основе умений слышать и понимать

музыку, согласовывать с ней свои движения без строгого контроля и регламентации. Для того чтобы ребенок научился осознанно контролировать свои движения, он должен был овладеть следующими умениями: произвольно направлять свое внимание на мышцы, участвующие в движении; различать и сравнивать мышечные ощущения; определять соответствующие характеру ощущений («напряжение – расслабление», «тяжесть – легкость») виды и характер движений, сопровождаемых этими ощущениями («сила – слабость», «резкость – плавность»); менять характер движений, опираясь на контроль своих ощущений. Решению таких задач способствовали следующие приемы работы: акцентированный показ физического упражнения с выделением контрольных точек самоконтроля; исполнение вариативных действий по образцу; обсуждение способов выполнения физического упражнения; создание ситуации планирования ребенком своей деятельности; выполнение упражнений в парах, тройках; взаимоконтроль детьми друг друга. Использование в исследовании метода ритмических упражнений давало детям возможность контролировать правильность их выполнения, отображать двигательный образ через свою конкретную систему действий.

Таким образом, успешность достижения эмоционального благополучия в организованной двигательной деятельности зависит от грамотно подобранных методов работы, оказывающих влияние на развитие познавательной активности, самооценки и саморегуляции поведения детей.



#### Список использованных источников

1. Абдульманова, Л. В. Развитие основ физической культуры детей 4–7 лет в парадигме культуросообразного образования : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07 / Л. В. Абдульманова ; Рост. гос. пед. ун-т. – Ростов н/Д, 2006. – 42 с.
2. Аболин, Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболини. – Казань : Изд-во Казан. ун-та, 1987. – 262 с.
3. Бочарова, Е. Е. К вопросу о внутренних детерминантах субъективного благополучия личности / Е. Е. Бочарова // Изв. Пенз. гос. пед. ун-та. – 2008. – № 10. – С. 226–231.
4. Галеева, А. Р. Исследование уровня развития мыслительных операций у детей старшего дошкольного возраста / А. Р. Галеева, Л. В. Мамедова // Междунар. журн. эксперим. образования. – 2015. – № 12, ч. 2. – С. 187–188.
5. Кошелева, А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников : учеб. пособие / А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, О. А. Шаграева ; под ред. О. А. Шаграевой [и др.]. – М. : Academia, 2003. – 166 с.
6. Кудрявцев, В. Т. Физическая культура и развитие здоровья ребенка / В. Т. Кудрявцев // Дошк. воспитание. – 2004. – № 1. – С. 80–87 ; № 2. – С. 89–94 ; № 5. – С. 66–72.