

**ОБОГАЩЕНИЕ СЕНСОРНОГО ОПЫТА КАК  
ФАКТОР ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ  
ВОСПИТАННИКОВ**

**ORGANIZATION OF ENRICHMENT  
OF SENSORY EXPERIENCE AS A FACTOR  
OF EMOTIONAL WELL-BEING OF PUPILS**

*А. В. Ковалевская / A. Kovalevskaya*

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

*А. П. Хмелевская / A. Khmelevskaya*

*Детский сад № 4 г. Щучина,  
Щучин, Республика Беларусь*

Статья посвящена проблеме обеспечения эмоционального благополучия воспитанников учреждения дошкольного образования посредством организации обогащения сенсорного опыта детей. Основными средствами обогащения сенсорного опыта и, как следствие, формирования эмоционального благополучия воспитанников определены сенсорная комната и сенсомоторный уголок.

The article is devoted to the problem of ensuring the emotional well-being of pupils of a preschool education institution by organizing the enrichment of children's sensory experience. The sensory room and sensorimotor corner are identified as the main means of enriching sensory experience and, as a result, developing the emotional well-being of pupils.

**Ключевые слова:** дошкольный возраст; эмоциональное благополучие; сенсорный опыт; сенсорная комната; сенсомоторный уголок.

**Keywords:** preschool age; emotional well-being; sensory experience; sensory room; sensorimotor area.

В последнее время проблема эмоционального благополучия детей дошкольного возраста все чаще привлекает внимание родителей и педагогических работников. Эмоциональное благополучие обеспечивает высокую самооценку, развитый самоконтроль, ориентацию на успех в достижении целей, эмоциональный комфорт.

Именно эмоциональное благополучие является наиболее емким понятием для определения успешности развития ребенка.

Нельзя не отметить, что в последние годы увеличивается число детей дошкольного возраста с нарушениями психоэмоционального развития. К типичным симптомам этих нарушений относятся эмоциональная неустойчивость, враждебность, агрессивность, тревожность и т. д., что серьезно осложняет взаимоотношения ребенка с окружающим миром. Кроме того, на фоне таких нарушений легко возникают вторичные личностные отклонения, обуславливающие негативный характер способов поведения и общения, деформацию личностного роста детей в целом.

В Кодексе об образовании Республики Беларусь в ряду психолого-педагогических условий, направленных на создание социальной ситуации развития детей, на первом месте стоит – обеспечение эмоционального благополучия воспитанников.

Согласно исследованиям Л. А. Абрамян, М. И. Лисиной, Т. А. Репиной, эмоциональное благополучие можно определить, как устойчивое эмоционально-положительное самочувствие ребенка, основой которого является удовлетворение основных возрастных потребностей, как биологических, так и социальных.

Известно, что чем большее число сенсорных стимулов задействовано в процессе воспитания и обучения ребенка, тем успешнее и эффективнее происходит его развитие. Эмоциональная и сенсорная сферы имеют природообусловленные взаимосвязи и оказывают друг на друга взаимное влияние [1; 2].

Различные ощущения выступают естественными стимуляторами эмоций в течение всей жизни человека, служат своего рода ключом, запускающим механизм эмоционального реагирования. Следовательно, воздействие на сенсорную сферу ребенка, обогащение сенсорного опыта детей развивает эмоциональную сферу: формируются социальные формы выражения эмоций, закладывается основа для развития высших чувств.

Между тем технологизация современной жизни создает дефицит сенсорного опыта детей, замещая его визуальными и виртуальными образами. Современный ребенок испытывает недостаток тактильных, слуховых, обонятельных ощущений. Порой он воспринимает окружающий мир линейно, однобоко.

Экспериментальное исследование возможностей организации обогащения сенсорного опыта воспитанников среднего дошкольного возраста как фактора их эмоционального благополучия проводилось на базе ГУО «Детский сад п. Брожа Бобруйского района». В нем приняло участие 40 детей среднего дошкольного возраста (20 детей – экспериментальная группа; 20 детей – контрольная группа).

На констатирующем этапе эксперимента первоначально было организовано исследование сенсорного опыта воспитанников. С целью исследования зрительного, слухового, тактильного восприятия был отобран следующий диагностический инструментарий.

Оценка зрительного восприятия (методика «Цвета» (определение уровня и особенностей восприятия цвета у воспитанников), методика «Какие предметы спрятаны в рисунках» (оценка уровня восприятия; выявление способности формировать образы в сознании; определение умения составлять умозаключения, связанные с этими образами), методика «Разрезные картинки» (выявление уровня развития целостного восприятия предметной картинки).

Оценка слухового восприятия (методика «Повторение звуков, слогов, слов»).

Оценка тактильных ощущений (методика «Узнавание знакомых предметов на ощупь»).

Также на констатирующем этапе эксперимента с целью изучения уровня эмоционального благополучия воспитанников 4–5 лет был выделен ряд показателей эмоционального благополучия (на основе анализа исследований Ю. А. Афонькиной, О. И. Бадулиной, А. В. Запорожца, И. О. Карелиной, А. Д. Кошелевой, В. И. Слободчикова, Л. П. Стрелковой, Г. А. Урунтаевой, Г. Г. Филипповой и др. по проблеме обеспечения эмоционального благополучия воспитанников дошкольного возраста):

- модальность эмоционального состояния;
- наличие негативных эмоциональных проявлений;
- восприятие и понимание эмоционального состояния других людей [3–5].

В соответствии с показателями были подобраны следующие диагностические методики: методика «Оценка эмоционального состояния по типу сдвига цветовой чувствительности» (Э. Т. До-

рофеева) – выявление модальности эмоционального состояния у воспитанников среднего дошкольного возраста; методика «Тест тревожности» (Р. Тэмпл, В. Амен, М. Дорки) – выявление уровня тревожности воспитанников среднего дошкольного возраста; методика «Изучение понимания эмоциональных состояний людей, изображенных на картинке» (Г. А. Урунтаева, Ю. А. Афонькина) – выявление уровня понимания эмоций.

Результаты констатирующего этапа эксперимента показали, что уровень сенсорного развития и уровень эмоционального благополучия у большинства испытуемых экспериментальной и контрольной групп в основном низкий.

В соответствии с результатами эмпирического исследования уровня сенсорного опыта и эмоционального благополучия воспитанников среднего дошкольного возраста была разработана и внедрена в практику учреждения дошкольного образования коррекционно-развивающая программа для работы в условиях сенсорной комнаты и сенсомоторного уголка, реализация которой осуществлялась только с воспитанниками экспериментальной группы.

Все занятия по программе условно разделены на четыре блока: тактильный, зрительный, слуховой, блок развития эмоциональной сферы. Занятия тактильного блока направлены на развитие кожно-кинестетической (общей) чувствительности. Занятия зрительного блока направлены на развитие зрительного восприятия. Каждое занятие этого блока направлено на то, чтобы воспитанник в игровой форме взаимодействовал с одним-двумя приборами, чтобы избежать чрезмерной сенсорной стимуляции. Занятия слухового блока направлены на развитие восприятия звуков на слух. Занятия блока развития эмоциональной сферы направлены на: развитие процессов саморегуляции; развитие способности контролировать свои эмоции, дифференцировать эмоциональные состояния; улучшение эмоционального состояния; снижение тревожности и агрессивности; снятие мышечного и психоэмоционального напряжения; создание чувства безопасности, защищенности; преодоление застенчивости.

В содержание программы были включены следующие формы и методы: метод игрового моделирования поведения, побужда-

ющий к поиску более подходящего способа поведения, упражняющий в логичности и доказательности рассуждений, развивающий чувство такта, способствующий обогащению арсенала способов адекватного поведения; методы телесно-ориентированной терапии, способствующие осознанию телесной активности в процессе межличностного взаимодействия, установлению различных способов контакта; релаксационные методы (использование упражнений, основанных на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона, дыхательные техники, визуально-кинестетические техники); метод продуктивной деятельности (рисование, аппликация, лепка, конструирование); метод сказкотерапии; модификация эмоционально-символического метода, предложенная Дж. Аланом; репродуктивный метод обучения, когда взрослый сообщает новые знания, а ребенок выполняет действия по образцу, приобретая умения и навыки пользования полученными знаниями; технология игровых методов (театрализованная деятельность, игры-драматизации, коммуникативные игры, игры и задания, направленные на развитие произвольности, задания с использованием «терапевтических» метафор, упражнения на эмоции и эмоциональный контакт); психогимнастика (М. И. Чистякова); пальчиковая гимнастика (Е. Косинова, М. Лопухина); технология обучения детей навыкам психомышечной релаксации в условиях сенсорной комнаты (А. Н. Попов) [6; 7].

Продолжительность каждого занятия составляла 25 минут. Проводились занятия в группах по 3–5 человек и индивидуально.

Результаты, полученные на контрольном этапе исследования, показали, что уровень сенсорного опыта у воспитанников среднего дошкольного возраста по сравнению с результатами констатирующего эксперимента повысился, также у воспитанников значительно улучшились показатели эмоционального благополучия – преобладание положительного эмоционального состояния, снижение уровня тревожности, повышение понимания эмоций. При этом уровень положительной динамики в экспериментальной группе намного выше, чем в контрольной группе. Полученные данные свидетельствуют о том, что обогащение сенсорного опыта способствует формированию эмоционального благополучия воспитанников среднего дошкольного возраста.

Данные проведенного исследования подтверждают необходимость работы в данном направлении. Дальнейшие исследования могут быть посвящены изучению особенностей и возможностей взаимодействия всех участников воспитательно-образовательного процесса, включая узких специалистов, медицинских работников, членов семей воспитанников учреждения дошкольного образования, в решении проблемы по обеспечению эмоционального благополучия детей посредством обогащения сенсорного опыта.

*Список использованных источников*

1. Метиева, Л. А. Развитие сенсорной сферы детей / Л. А. Метиева, Э. Я. Удалова. – М. : Просвещение, 2009. – 184 с.
2. Сулова, Е. Н. Педагогика. Сенсорное развитие детей дошкольного возраста / Е. Н. Сулова. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2013. – 188 с.
3. Бадулина, О. И. Эмоциональное благополучие дошкольников / О. И. Бадулина. – М. : Экон-информ, 2012. – 223 с.
4. Карелина, И. О. Проблема эмоционального благополучия дошкольника / О. И. Карелина. – Рыбинск : филиал ЯГПУ, 2010. – 29 с.
5. Кошелева, А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников: учеб. пособие / А. Д. Кошелева, В. И. Перегуда, О. А. Шаграева. – М. : Академия, 2003. – 168 с.
6. Браудо, Т. Е. Методическое пособие по использованию сенсорной комнаты / Т. Е. Браудо. – М., 2001. – 57 с.
7. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. – 2-е изд. – М. : Просвещение: ВЛАДОС, 1995. – 160 с.