

Формирование эмоционально-волевой сферы дошкольников посредством игр и упражнений

Курцева Ольга Сергеевна,
воспитатель

Проблема *развития эмоций*, их роли в возникновении мотивов как регуляторов деятельности и поведения ребенка является одним из наиболее важных проблем педагогики и психологии.

Этой проблемой занимались многие педагоги, психологи (Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. А. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин, Л. И. Божович, Я. З. Неверович, А. П. Усова, Т. А. Маркова) и др., которые утверждали, что положительные эмоции создают оптимальные условия для активной деятельности мозга и являются стимулом для познания мира. Эти эмоции участвуют в возникновении любой творческой деятельности ребенка, и конечно, в развитии его мышления.

В психологическом словаре современных терминов понятие «*эмоции*» – обозначается как *психическое отражение в форме непосредственного пристрастного переживания содержания жизненных явлений и ситуаций, обусловленного одобрением их объективных свойств к потребностям субъекта.*

Эмоционально-волевая сфера - это свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Развитие эмоционально-волевой сферы личности является сложным процессом, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия - наследственность, особенности его физического развития.

Для развития и становления личности необходимы воспитательные условия, позволяющие создать атмосферу эмоционального благополучия и психологического комфорта. К данным условиям относятся: удовлетворение потребности ребенка в общении со взрослыми – родителями и воспитателями, налаживание доброжелательных отношений между детьми в ведущей игровой и других видах детской деятельности на основе развития и обогащения гуманных чувств, а также

сформированность детского коллектива, основой которого является справедливость, взаимопонимание и взаимопомощь.

Одна из самых сложных задач воспитания – помочь ребенку научиться понимать и чувствовать других людей.

Существуют оптимальные условия воспитания гармоничной личности, при которых ребенок, взаимодействуя с окружающими взрослыми и детьми, становится субъектом гуманных переживаний и одновременно объектом положительного эмоционального отношения.

Несмотря на некоторые изменения в ориентации воспитания, – с коллективистского на индивидуалистическое, ослабление игровых кооперативных форм совместной деятельности в пользу конкурентных или индивидуальных, разрушение детской субкультуры, доминирование обучения над воспитанием, интеллектуальной составляющей над эмоциональной, говорит о том, что необходимо признать тенденцию к дегуманизации отношений уже в среде дошкольников. Это касается прежде всего эмоциональной сферы ребенка, проявлений гуманных чувств по отношению к другим людям, когда ребенок или взрослый является ценностью, а ее переживания и чувства важны и имеют личностный смысл для ребенка.

П. Ф. Лесгафт рассматривал игру как средство разностороннего воспитания личности ребенка, развитие у него честности, правдивости, выдержки, самообладания, товарищества. Он рекомендовал воспользоваться играми, чтобы научить ребенка владеть собой.

По утверждению П. Ф. Лесгафта, систематическое проведение *подвижных игр* развивает у ребенка умение управлять своим поведением, дисциплинирует его. Благодаря игре ребенок учится действовать ловко, целесообразно, быстро; выполнять правила, ценить товарищество.

Классификация подвижных игр с учетом развития эмоционально-волевых свойств.

1. Игры, направленные на снижение и предупреждение агрессивных проявлений, ослабление негативных эмоций(например: «Подушечные бои» - для детей с 5 лет, «По кочкам», «Тигр на охоте» и т.д.)

Детская агрессивность – признак внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Такие дети используют любую возможность для того, что бы толкать, ломать, бить, щипать.

При проявлении агрессивных проявлений у ребенка необходимо тщательно проанализировать причины их возникновения и по возможности создать условия для их устранения. При организации игр с такими детьми необходимо направить свое руководство на развитие инициативы, умение устанавливать дружеские отношения, разрешать конфликты, считаться с мнением товарищей.

В ходе подвижной игры с правилами формируются организаторские способности детей, умение спокойно и справедливо разрешать споры. Подвижные игры используются в работе с агрессивными детьми и с целью освобождения от гнева и отрицательных эмоций. Это способствует снижению эмоционального напряжения у детей.

2. Игры, способствующие нивелированию проявления тревожности, предупреждению и снижению страхов, повышению самооценки и уверенности в себе(например: «Мышь и мышеловка», «Кораблик», «Качели» и т.д.).

Использование подвижных игр способствуют воспитанию смелости и решительности. Смелость всегда сопряжена с уверенностью ребенка в своих силах, способностью сознательно преодолевать страх. Она помогает проявлять инициативу и активность. В играх дети попадают в ситуации, когда перед необходимо побороть чувство неуверенности, проявить решительность, способность принимать обоснованные решения и своевременно переходить к их выполнению.

3. Игры, способствующие формированию самоконтроля и произвольности (например: «Прошепчи ответ», «Звучащая игрушка», «Самый внимательный» и т.д.).

Дисциплинированность, самоконтроль – обязательное и сознательное подчинение своего поведения установленным нормам общественного порядка. Выдержка и самообладание – это способность постоянно контролировать себя и свое поведение; владение собой, своими желаниями, настроением.

Данное качество предполагает способность воздерживаться от действий, которые осознаются как ненужные и вредные в данных условиях.

В ходе игры воспитываются такие стороны ребенка как подчинения общим требованиям, выполнение установленных правил, организация и контроль за своим поведением.

4. Игры, направленные на снятие психоэмоционального напряжения, формирование саморегуляции и развитие эмпатии (например: «Волшебное перо», «Тихий час для мышат», «Их семечка-в дерево» и т.д).

Эмоционально неустойчивые и гиперактивные дети отличаются общей двигательной расторможенностью, беспокойным сном. Такие дети часто сильно напряжены, что влечет за собой эмоциональные срывы и потерю чувства саморегуляции. Это проявляется в обострении эмоционального реагирования на происходящее, слезами, обидой или необоснованными приступами смеха.

Применение подвижных игр, направленных на формирование саморегуляции способствует снятию мышечного напряжения и эмоционального возбуждения у детей. В процессе их проведения детей учат управлять своими эмоциями, понимать, что они должны быть адекватны определенной ситуации.

Необходимо научить ребенка использовать игровую деятельность в качестве «доктора» для своего эмоционального состояния.

Поведение в игре возбудимых детей характеризуется импульсивностью и конфликтностью, неумением достигать соглашения, разделять функции, придерживаться известных правил взаимодействия. Они могут проявлять жестокость. У них активная ориентировка в выборе игры, которая постоянно сопровождается обращением к взрослому за помощью.

Подвижные игры делят на элементарные и сложные.

Элементарные в свою очередь делят на сюжетные и бессюжетные, игры-забавы, аттракционы.

Сюжетные игры имеют готовый сюжет и твердо, зафиксированные правила. Сюжет отражает явления окружающей жизни (трудовые действия людей, движение транспорта, движения и повадки животных, птиц и т. д.), **игровые действия связаны с развитием сюжета и с ролью, которую выполняет ребенок.**

Правила обуславливают начало и прекращение движения, определяют поведение и взаимоотношения играющих, уточняют ход игры. Подчинение правилам обязательно для всех.

В дошкольном возрасте используются подвижные игры с элементами соревнования (индивидуального и группового), например: «Чье звено скорее соберется», «Кто первый через обруч к флажку» . В некоторых играх («Перемени предмет», «Кто скорее до флажка») каждый ребенок играет сам за себя и старается выполнить задание как можно лучше.

К бессюжетным относятся также игры с использованием предметов (кегли, серсо, кольцеброс, бабки, «Школа мяча» и др.)

В играх-забавах, аттракционах двигательные задания выполняются в необычных условиях и часто включают элемент соревнования, при этом несколько детей выполняют двигательные задания (бег в мешках и др.), остальные дети являются зрителями. Игры-забавы, аттракционы доставляют зрителям много радости.

К сложным играм относятся спортивные игры (городки, бадминтон, настольный теннис, баскетбол, волейбол, футбол, хоккей). В дошкольном возрасте используются элементы этих игр и дети играют по упрощенным правилам.

Подвижные игры различаются и по их двигательному содержанию:

игры с бегом, прыжками, метанием.

По степени физической нагрузки, которую получает каждый играющий, различают игры большой, средней и малой подвижности.

- a) **К играм большой подвижности относятся те, в которых одновременно участвует вся группа детей и построены они в основном на таких движениях, как бег и прыжки.**
- b) **Играми средней подвижности называют такие, в которых тоже активно участвует вся группа, но характер движений играющих относительно спокойный (ходьба, передача предметов) или движение выполняется подгруппами.**
- c) **В играх малой подвижности движения выполняются в медленном темпе, к тому же интенсивность их незначительна.**