**Тема** «**Развитие эмоциональной-волевой сферы младших школьников в контексте личностно-ориентированного подхода в рамках урочной деятельности»**

Новикова Татьяна Васильевна, учитель начальных классов МАОУ «Прогимназия №119»

Высшее образование, МГУ им. Н.П. Огарева

Стаж педагогической работы (по специальности)-8 лет, в МАОУ «Прогимназия №119» - 8 лет

**Актуальность и основная идея опыта**

В современном обществе резко повысился социальный престиж интеллекта и научного знания. Развитию эмоциональной сферы ребенка не всегда уделяется достаточное внимание в отличие от его интеллектуального развития. Современные дети знают гораздо больше, они быстрее решают логические задачи, но они значительно реже удивляются и восхищаются, возмущаются и сопереживают, все чаще они проявляют равнодушие и черствость, их интересы ограничены, а игры однообразны.

В процессе взаимодействия с детьми в рамках урочных и внеурочных занятийя наблюдаю, какие происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка.

Меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребенка сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Но сама по себе  эмоциональная сфера качественно не развивается. Ее необходимо развивать.

Сейчас, во времена Интернета и телевизора, я непосредственно могу наблюдать, что дети стали меньше общаться со взрослыми и сверстниками, а ведь общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Поэтому работа, направленная на развитие эмоциональной сферы в моем классе, очень актуальна и важна.

Отмечая недостаток наблюдательности, творческой выдумки у некоторых учеников часто хочется «поставить диагноз»: «не доиграл», т.е. не натренировал свою фантазию и воображение в непредсказуемом и радостном процессе «сотворения игры». Как правило, также дети не умеют занять себя в свободное время и на окружающий мир смотрят без удивления и особого интереса, как потребители, а не как творцы.

По моему мнению, самый короткий путь эмоционального раскрепощения ребенка, снятия заторможенности, обучения чувствованию и художественному воображению – это путь через игру, фантазирование, сочинительство. Формирование «умных» эмоций, коррекция недостатков эмоциональной сферы должны рассматриваться в качестве одной из наиболее важных, приоритетных задач воспитания.

Исходя из актуальности проблемы, я выбрала тему опыта: «Развитие эмоциональной-волевой сферы младших школьников в контексте личностно-ориентированного подхода в рамках урочной деятельности»

**Теоретическая база опыта**

То, что писал Л.С. Выготский о феномене «засушенное сердце» (отсутствие чувства), наблюдавшемся у его современников и связанным с воспитанием, направлено на логизированное и интеллектуализированное поведение, не потеряет актуальности и в наше время, когда, помимо соответствующей направленности воспитание и обучение, «обесчувствованию» способствует технологизация жизни, в которой участвует ребенок.

Однако, как справедливо указывали А.В. Запорожец, Л.С. Выготский, только согласованное функционирование двух систем (интеллекта и эмоций), их единство может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности. Об этом же писал К. Изард: «Эмоции энергизируют и организуют восприятие, мышление и действие».

Существует и другая важная проблема, волнующая меня. По данным Н.В.Самоукиной, в период психологической адаптации ребенка к школе у 67-69 % первоклассников возникают страхи, срывы, заторможенность, а у других, наоборот, развязность и суетливость. У детей часть отсутствуют навыки произвольного поведения, недостаточно развиты память и внимание.

**Новизна, творческие находки автора**

Новизна моего педагогического опыта заключается в

попытках развития эмоциональной сферы школьников – научить детей понимать эмоциональные состояния своё и окружающих, совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями, что в дальнейшем поможет гармонизировать отношения ребенка с окружающим миром и послужит ему защитой от социальных и межличностных противостояний.

Исходя из цели задачи я сформулирована следующим образом:

•        развитие сферы чувств, соучастия, сопереживания;

•        активизация мыслительного процесса и познавательного интереса;

•        овладение навыками общения и коллективного творчества.

Развивая эмоциональную сферу ребёнка, я не просто развиваю сферу чувств, но активизирую мыслительные процессы, прививаю детям смелость ума, радость познания, уверенность в своих возможностях.

**Технология опыта**

Эмоции не могут возникнуть сами собой, без причины. Источник эмоций — объективная действительность в ее соотнесении с потребностями человека. Значение эмоций и чувств в жизни и деятельности человека чрезвычайно велико. Они побуждают человека к деятельности, помогают преодолевать трудности в учении, работе, творчестве. Эмоции и чувства часто определяют поведение человека, постановку им тех или иных жизненных целей.

Велико значение эмоций и чувств в учебной деятельности.

Эмоции - есть непосредственное переживание отношения человека к предметам и явлениям действительности. Это отношение может быть положительным, отрицательным и безразличным. Безразличное, равнодушное отношение обычно не связано с какими-либо эмоциями. Положительное отношение человека к чему-либо выражается в таких эмоциях, как удовольствие, радость, счастье, веселье, ликование, любовь. Отрицательное отношение выражается в эмоциях неудовольствия, страдания, печали, горя, отвращения, страха, ненависти, гнева.

Эмоции можно рассматривать и с точки зрения того, вызывают ли они активное или пассивное состояние, повышают или угнетают жизнедеятельность человека.

В качестве основных методов, позволяющих выявить особенности эмоционального развития и оценить эмоциональное состояние ребенка, используются:

•        наблюдение, эксперимент, рисуночные тесты

•        беседа с учащимися.

По моему мнению, важный момент в воспитании эмоций и чувств у школьников — необходимость научить их управлять чувствами, подчинять их разуму и воле, научить сдерживать гнев, бурное неудовольствие, а иногда и бурное веселье. Это достигается только тренировкой, упражнением.

Знакомство детей с фундаментальными эмоциями осуществляется как в ходе всего учебно-воспитательного процесса, так и на специальных занятиях, где дети переживают эмоциональные состояния, вербализуют свои переживания, знакомятся с опытом сверстников, а также с литературой, живописью, музыкой. Ценность таких занятий состоит в том, что у детей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают глубже понимать себя и других, у них чаще возникает эмпатия по отношению к взрослым и детям.

С помощью сюжетно-ролевых игр, подвижных игр и игровых упражнений, элементов психогимнастики, техники выразительных движений, этюдов, тренингов, психомышечной тренировки, мимики и пантомимики, литературных произведений и сказок (игр- драматизаций) способствуем развитию эмоциональной сферы ребенка.

При работе с детьми в данном направлении важно сделать акцент на развитие следующих умений:

* умение произвольно направлять свое внимание на испытываемые эмоциональные ощущения;
* умение различать и сравнивать эмоциональные ощущения, определять их характер (приятно, неприятно, спокойно, удивительно, страшно и т. д.);
* умение одновременно направлять свое внимание на мышечные ощущения и на экспрессивные движения, сопровождающие любые собственные эмоции и эмоции, которые испытывают окружающие.

В занятиях используются следующие методические средства:

1)        Ролевые игры (ролевая гимнастика, включающая ролевые действия и ролевые образы, и психодрама), которые основываются на понимании социальной роли человека в обществе. К основным нарушениям ролевого развития у детей обычно относят ролевую ригидность — неумение переходить из роли в роль, ролевую аморфность — неумение принимать любую роль, отсутствие ролевой креативности — неумение продуцировать новые образы, принятие патологических ролей.

2)        Психогимнастические игры, основывающиеся на теоретических положениях социально-психологического тренинга. В этих играх формируется:

* принятие своего имени;
* принятие своих качеств характера;
* принятие своего прошлого, настоящего, будущего.

3)        Коммуникативные игры:

* игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и обеспечивать другого вербальными и невербальными «поглаживаниями»;
* игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;
* игры, обучающие умению сотрудничать.

4)        Игры и задания, направленные на развитие произвольности, осознание таких понятий, как «хозяин своих чувств» и «сила воли».

5)        Игры, направленные на развитие воображения: вербальные игры, невербальные игры и «мысленные картинки».

6)        Задания с использованием «терапевтических» метафор. Систематическое предъявление детям метафор приводит к усвоению ими основной идеи метафоры: «каждый человек способен изменить ситуацию», «безвыходных ситуаций не бывает», тем самым у ребенка формируется «механизм самопомощи».

7)        Релаксационные методы — использование упражнений, основанных на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона, дыхательные техники, визуально- кинестетические техники.

8)        Использование эмоционально-символических методов. Эта группа методов базируется на представлении К. Юнга и его последователей о том, что формирование символов отражает стремление психики к развитию и превращение символов или образцов фантазии в осязаемые факты с помощью рисования, сочинения рассказов и стихов, лепки способствует личной интеграции. Можно использовать две основные модификации эмоционально-символических методов, предложенных Дж. Алланом:

* групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха, печали, интереса (как необходимый этап для обсуждения используются детские рисунки, выполненные на темы чувств. При этом на стадии рисования иногда исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удается раскрыть в процессе вербального общения);
* направленное рисование, т. е. рисование на определенные темы.

При прослушивании «терапевтических» метафор целесообразно использовать рисование (детям предлагается изобразить любую картинку, навеваемую метафорой).

Восприятие художественного произведения – очень сложная развивающаяся во времени внутренняя деятельность, в которой участвует воображение, восприятие,  внимание, мышление, память, внимание, воля. Каждый из этих процессов выполняет свою важную функцию в общей деятельности – в знакомстве с явлениями окружающей действительности через искусство. Н.К.Крупская писала: «Надо помочь ребенку через искусство … яснее мыслить и глубже чувствовать».

Театрализованная игра, использованная в гибкой, подчиненной определенным задачам форме дает учителю прекрасные условия для воспитания нравственных чувств у детей.

Особое значение в коррекции эмоционально-волевой сферы ребенка имеют подвижные игры (пятнашки, жмурки и др.). Эти игры обеспечивают эмоциональную разрядку, снимают торможение, связанное со страхом, способствуют гибкости поведения и усвоению групповых норм, развивают координацию движений.

Изобразительное творчество является одним из ведущих методов психокоррекции эмоциональных нарушений у детей и подростков.

Еще в 1930х годах для коррекции эмоционально-личностных проблем ребенка психоаналитиками был предложен метод арт-терапии.

Арт-терапия – это специализированная форма психотерапии, основанная на изобразительном искусстве. Основная задача арт-терапии состоит в развитии самовыражения и самопознания ребенка.

В исследованиях психологов было давно замечено: рисунки детей не только отражают уровень умственного развития и индивидуальные личностные особенности, но и являются своеобразной проекцией личности. Рисунок выступает как средство усиления чувства идентичности ребенка, помогает детям узнать себя и свои способности.

Метод арт-терапии позволяет каждому человеку творить свою жизнь в буквальном смысле слова: лепить счастье, рисовать печаль, писать о конфликтах и танцевать настроение…

В психокоррекции детей с эмоциональными нарушениями широко используется музыкотерапия. Музыкальную терапию широко применяют во многих странах мира для лечения и профилактики широкого спектра нарушений, включая и эмоциональную нестабильность. Под воздействием специально подобранной классической музыки дети развиваются гармонично как в физическом, так и в духовном плане.  Музыкальные образы помогают расширить границы сознания детей, дать чувство единения с природой, вдохновить на выражение своих глубоких чувств через художественно-изобразительное творчество.

Содержание коррекционной работы по развитию эмоциональной сферы можно структурно представить следующим образом:

1. Комфортная организация режимных моментов.

     2. Оптимизация двигательной деятельности через организацию физкультурно-оздоровительных мероприятий:

* оздоровительно-профилактической гимнастики;
* физкультминуток;
* спортивных игр;
* подвижных игр (в том числе народных);
* игровых заданий и упражнений;
* досугов.

3. Игротерапия:

* сюжетно-ролевые игры;
* игры-упражнения на эмоции и эмоциональный контакт;
* коммуникативные игры;
* дидактические игры.

4. Арттерапия:

* рисование;
* ритмопластика;
* танец;
* музыкально-ритмические движения.

5. Занятия-образы, игры-драматизации, сказкотерапия.

6. Психогимнастика:

* этюды;
* мимика;
* пантомимика.

**Результативность опыта**

Благодаря систематическому использованию такого подхода за последние годы, по моим наблюдениям, удалось достичь появления у большинства учащихся положительной мотивации к изучению предметов школьного цикла, повышению мотивации успешной деятельности, формированию личной ответственности за результат своей деятельности. Возрастает глубина понимания учебного материала, познавательная активность и творческая самостоятельность учащихся.

Показатели качества знаний учащихся за последние пять лет подтверждает результативность используемых технологий, методов и приемов обучения.

**Показатели качества знаний учащихся за последние четыре года**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучениякласс | 2020-20211 класс | 2021-20222 класс | 2022-20233 класс | 2023-20244 класс |
| %  качества знаний | 71 | 74 | 77 | 79 |

Кроме того, я наблюдаю, как в классе меняется характер взаимоотношений: исчезает безразличие, приобретается теплота, человечность. Сплоченность класса резко возрастает, дети начинают лучше понимать друг друга и самих себя. Растет самокритичность, дети более точно оценивают свои возможности, лучше себя контролируют.

В конечном счёте, дети приобретают навыки, необходимые для жизни в обществе: ответственность, умение строить свое поведение с учетом позиций других людей.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Вараксин, В. Н. Психолого-педагогический практикум / В.Н. Вараксин, Е.В. Казанцева. - М.: Феникс, 2012. - 288 c.

2. Гамезо, М. В. Возрастная и педагогическая психология / М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, Л.М. Орлова. - М.: Педагогическое общество России, **2016**. - 512 c.

3. Демидова, И. Ф. Педагогическая психология / И.Ф. Демидова. - М.: Академический Проект, Трикста, **2013**. - 224 c.

4. Дьяков, С. И. Субъектность педагога. Психосемантические модели и технология исследования. Учебное пособие / С.И. Дьяков. - М.: Флинта, Наука, 2015. - 528 c.

5. Зимняя, И. А. Педагогическая психология / И.А. Зимняя. - М.: МПСИ, МОДЭК, **2013**. - 448 c.

6. Исаев, Е. И. Педагогическая психология. Учебник / Е.И. Исаев. - М.: Юрайт, 2014. - 348 c.

7. Ульенкова, У. В. Организация и содержание специальной психологической помощи детям с проблемами в развитии / У.В. Ульенкова, О.В. Лебедева. - М.: Academia, **2016**. - 176 c.

8. Штроо, В. А. Методы активного социально-психологического обучения. Учебник и практикум / В.А. Штроо. - М.: Юрайт, 2015. - 278 c.

 Приложение

Один из уроков русского языка можно построить как урок-турнир. такой нетрадиционный урок требует специальной подготовки, поэтому готовятся к нему заранее: класс делится на три или две команды (в зависимости от численности класса), каждая команда придумывает свою эмблему, выбирают капитана, художников, подбирают как можно больше пословиц и поговорок на тему “Всякая эмоция только обогащает жизнь (Д. Голсуорси)”. Жюри (или “высокочтимый суд”) турнира может состоять из учителей, учащихся других классов (лучше, если это будут старшеклассники). На уроке проводится конкурс эмблем и названий команд.

**Первый конкурс** турнира – представление команд.

**Второй** – выполнение заданий.

1. Мы с вами знаем, что в русском языке есть фразеологизмы, в которых заключена та или иная эмоция. В конвертах вам даны карточки на которых написаны эмоции. В этих же конвертах находятся написанные на листочках фразеологизмы. **Распределите фразеологизмы по принадлежности к предложенным эмоциональным группам.**

***Эмоции***: радость, счастье, восхищение; насмешка; гнев, возмущение; уважение.

***Фразеологизмы***: милости просим; довести до белого каления; ногтя не стоит; на верху блаженства; выйти из себя; радость молодит, а горе старит; яйца выеденного не стоит; вот это да!; ух, ты!; ах, чтоб тебя; мал золотник, да дорог.

2.**Нарисовать фразеологизм**: “сгореть от стыда”, “лопнуть от злости”, “трястись от страха” (можно подобрать и другие фразеологизмы).

3.**Найдите завершение пословицы**. Даны карточки: на одной части написано начало пословицы, на другой – окончание: не спеши словом, *а спеши делом*; сам пропадай, *а товарища выручай*; с кем поведешься, *от того и наберешься*; любишь кататься, *люби и саночки возить*; труд кормит, *а лень портит*(и другие).

4.**Допиши пословицу и объясни, как ты это понимаешь:**

Гнева не пугайся, (на ласку не сдавайся).
Гордым быть – (глупым слыть).
Доброе слово сказать – (посошок в руки дать).
Злой плачет от зависти, (а добрый от жалости).
Пуганая ворона (и куста боится).
Любишь шутить над Фомой, (так люби и над собой).
Сказал бы словечко, (да волк недалечко).
Чужой обед похваляй, (да и сам ворота отворяй).
Скучен день до вечера (коли делать нечего).

**Конкурс “Кто больше”**(назвать пословицы и поговорки по теме турнира).

**Итог**турнира завершает подсчет баллов, награждение победителей.

Уроки литературного чтения играют огромную роль в формировании и развитии эмоционального интеллекта ребенка. Каждое художественное произведение воздействует на эмоциональную сферу читателя, несет в себе заряд и положительных и отрицательных эмоций. Учитель на каждом уроке имеет возможность обратиться к чувствам учащихся, развивать их способности к сопереживанию, сочувствию, оценке тех или иных поступков героев. Ученик с помощью педагога сопоставляет литературных героев с собой и своими товарищами или с окружающими их людьми. Так, читая и анализируя рассказ К. Паустовского “Теплый хлеб” учитель обращает внимание не только на то, какой поступок совершил главный герой, хорошо ли он сделал, но и на то, какие чувства он испытывал по ходу рассказа, что в нем изменилось, кто этому помог.

Зима в этот год стояла теплая. В воздухе висел дым. Снег выпадал и тотчас таял. Мокрые вороны садились на печные трубы, чтобы обсохнуть, толкались. Каркали друг на друга. Около мельничного лотка вода не замерзала, а стояла черная, тихая, и в ней кружились льдинки.

… В один из таких теплых серых дней раненый конь постучал мордой в калитку к Филькиной бабке. Бабки не было дома, а Филька сидел за столом и жевал кусок хлеба, круто посыпанный солью.

Филька нехотя встал, вышел за калитку. Конь переступил с ноги на ногу и потянулся к хлебу. “Да ну тебя! Дьявол!” - крикнул Филька и наотмаш ударил коня по губам. Конь отшатнулся, замотал головой, а Филька закинул хлеб далеко в рыхлый снег и закричал:

На вас не напасешься, на христорадников! Вон твой хлеб! Иди копай его мордой из-под снега! Иди копай!

*[С тех пор начались страшные морозы. Бабушка Фильки рассказала, что так холодно было давно, в гражданскую войну, когда богатый и злой человек посмеялся над раненым солдатом, который просил милостыню, и не подал, а бросил на землю корку хлеба. Бабушка тяжело вздыхала и приговаривала, что завелся, должно быть в селе лихой человек, раз настали такие морозы. Филька плакал, ему было страшно, потому что вода в реке промерзла до дна, мельница не работала, муки не было, хлеб печь было не из чего. Тогда всем селом решили рубить лед. Вышли и взрослые и дети. Вышел на работу и Филька. Он хотел искупить свою вину перед раненым конем. И вот мельница заработала. Из первой муки испекли каравай]*

Филька тащил буханку свежего хлеба, а совсем маленький мальчик Николай держал деревянную солонку с крупной желтой солью. Панкрат вышел на порог, спросил:

- Что за явление? Мне что ли, хлеб-соль подносите? За какие такие заслуги?

- Да нет! – закричали ребята - Тебе будет особо. А это раненому коню. От Фильки. Помирить мы их хотим.

- Ну что же, - сказал Панкрат, - только человеку извинение требуется. Сейчас я вам коня представлю в натуре.

Панкрат отворил ворота сарая, впустил коня. Конь вышел, вытянул голову, заржал – учуял запах свежего хлеба. Филька разломил буханку, посолил хлеб из солонки и протянул коню. Но конь хлеба не взял, начал мелко перебирать ногами, попятился в сарай. Испугался Фильки. Тогда Филька перед всей деревней громко заплакал. Ребята зашептались и притихли, а Панкрат потрепал коня по шее и сказал:

- Не пужайся, Мальчик! Филька не злой человек. Зачем же его обижать? Бери хлеб, мирись!

Конь помотал головой, подумал, потом осторожно вытянул шею и взял наконец хлеб из рук Фильки мягкими губами. Съел один кусок, обнюхал Фильку и взял второй кусок. Филька ухмылялся сквозь слезы, а конь жевал хлеб, фыркал. А когда съел весь хлеб, положил голову Фильке на плечо, вздохнул и закрыл глаза от сытости и удовольствия.

Все улыбались, радовались.

*(К. Паустовский)*

**Вопросы для обсуждения.**

1. Какой проступок совершил Филька по прозвищу “Да ну тебя”?
2. За что же он ударил раненого коня?
3. Раскаивался ли Филька?
4. Почему же он вдруг испугался? Что грозило людям, если бы мельница остановилась навсегда?
5. Осознал ли Филька свою жестокость и несправедливость?
6. Сразу ли герой принял решение помириться с конем, или в его душе происходила борьба добра со злом характера?
7. Как же происходило примирение? Легко ли это далось Фильке? Почему?
8. Всегда ли мы бываем в ладу с самими собой? Чему учит нас этот рассказ?
9. Что же такое совесть и чувство вины?

Замечательно сказал В.А. Сухомлинский в книге “Сердце отдаю детям”: “Если добрые чувства не воспитаны в детстве, их никогда не воспитаешь, потому что это подлинно человеческое, утверждается в душе одновременно с познанием первых и важнейших истин, одновременно с переживанием и чувствованием тончайших оттенков родного слова”.