**Развитие эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры**

**тема диссертации и автореферата по ВАК 13.00.07, кандидат педагогических наук Гамова, Светлана Николаевна  
  
   
  
 Год:**

2007

**Автор научной работы:**

Гамова, Светлана Николаевна

**Ученая cтепень:**

кандидат педагогических наук

**Место защиты диссертации:**

Елец

**Код cпециальности ВАК:**

13.00.07

**Специальность:**

Теория и методика дошкольного образования

**Количество cтраниц:**

230

## Оглавление диссертации кандидат педагогических наук Гамова, Светлана Николаевна

ВВЕДНИЕ.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ДЕТЕЙ.

1.1. Сущностная характеристика и функции эмоциональных процессов в онтогенезе.

1.2. Эмоциональное благополучие ребёнка-дошкольника как предпосылка развития его эмоциональной устойчивости.

1.3. Эмоциональная устойчивость и её проявления в дошкольном возрасте.

1.4. Содержательно-организационные возможности физической культуры в развитии эмоциональной устойчивости у детей дошкольного возраста.

ВЫВОДЫ.

ГЛАВА II. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.

2.1. Методика изучения особенностей проявления эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста.

2.2. Особенности проявления эмоциональной устойчивости старшими дошкольниками.

2.3. Педагогическое регулирование эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры.

ВЫВОДЫ.

## Введение диссертации (часть автореферата) На тему "Развитие эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры"

Актуальность исследования.

Многоплановые структурные преобразования, которые происходят в экономической, социальной, культурной сферах российского общества, как отмечает Фельдштейн Д.И., ставят огромное число проблем, вызывая интеллектуальное, духовное, эмоциональное, физическое напряжение человека. Многими учёными фиксируются у взрослых и детей недостаток ответственности, повышенная тревожность, агрессивность, качественные изменения в межличностных, межгрупповых отношениях, в отношении к различным обстоятельствам жизни. По данным института возрастной физиологии РАО, примерно 20% дошкольников эмоционально неустойчивы, а к концу 1 класса их количество увеличивается до 60-70 %. Между тем высокий уровень эмоциональной устойчивости обеспечивает положительный результат общения, взаимодействия детей со сверстниками и взрослыми, способствует качественному усвоению знаний, формированию умений и, в целом, успешному обучению в дальнейшем в школе. Эмоционально устойчивый человек продуктивен и успешен в профессии, личной жизни. То есть, в конечном счёте, высокий уровень эмоциональной устойчивости способствует повышению стабильности общества в целом. Поэтому в настоящее время актуализировались задачи осмысления особенностей психического развития современных детей, в частности, их эмоциональной устойчивости, обеспечивающей положительные результаты общения, обучения в школе, социализации.

Исключительное значение эмоций в развитии личности ребенка подчеркивали JI.A. Абрамян, З.М. Богуславская, JI.C. Выготский, А.В. Запорожец, А.Д. Кошелева, ЯЗ. Неверович, C.JI. Рубинштейн и др. Эмоции оказывают влияние практически на все сферы психического развития -регуляцию поведения, овладение ребенком средствами и способами взаимодействия с другими людьми, поведение в группе сверстников, освоение социального опыта. Эмоции выступают как внешний знак внутреннего состояния, показатель социально-психического благополучия, индикатор личностного развития в дошкольном возрасте.

К важной группе эмоциональных явлений исследователи относят эмоциональную устойчивость, как уравновешенное, спокойное эмоциональное состояние, способность сохранять стабильность психических и психомоторных процессов при сильных эмоциях (JI.M. Аболин, В.Э. Мильман, Я. Рейковский, М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко, О. А. Черникова и др.).

Исследования А.Д. Кошелевой, В.И. Перегуды, И.Ю. Ильиной, Г.А. Свердловой, Е.П. Арнаутовой и др. показывают, что устойчиво положительное, комфортное эмоциональное состояние ребенка является основой всего отношения дошкольника к миру и влияет на особенности переживания семейной ситуации, познавательную сферу, эмоционально-волевую, стиль переживания стрессовых ситуаций, отношение со сверстниками.

Работы отечественных авторов по анализу детских переживаний связаны в основном с областью медицинской психологии. В них рассматриваются психопатии, неврозы, различные формы психопатических заболеваний (М.И. Буянов, И. Захаров, К.С. Лебединская, А.С. Спиваковская и др.). Немногочисленными остаются исследования, посвященные практической работе с эмоциональными проблемами детей (В.П. Балакирев, P.M. Грановская, И.М. Никольская, A.M. Прихожан и др.). В качестве средств коррекции исследователи называют арттерапию, сюжетно-ролевые игры, танцетерапию, использование цвета, музыкальных средств, беседы, составление рассказов, рассматривание картин, отражающих эмоциональные переживания ребенка (А.И. Захаров, Л.В. Соловьёва, А.В. Лебедева, М.И. Чистякова и др.).

Вместе с тем, создание общей картины развития ребёнка невозможно без изучения всей детской деятельности, в которую включён современный дошкольник. В этом плане необходимо обращение к возможностям двигательной деятельности дошкольника, занимающей значительное место в системе его активности. По интенсивности воздействия на состояние здоровья, в том числе и психического, физическая культура занимает особое место. Убедительно доказана взаимосвязь между движениями и состоянием психики, мыслями и чувствами человека (И.М. Сеченов, Н.А. Бернштейн, JI.C. Выготский, Ж. Пиаже др.). В возрастной физиологии, нейропсихологии детский организм рассматривается как единая саморегулируемая система, в которой взаимодействуют управляемые высшей нервной деятельностью физиологические, психологические и функциональные процессы. И.М. Сеченов и И.П. Павлов экспериментально доказали, что психическая деятельность происходит не самопроизвольно, а в тесной зависимости от телесной деятельности и от окружающих условий внешнего мира. Увеличение двигательной активности, развитие физических качеств оказывают стимулирующее воздействие на перцептивные, мнемические, психические и интеллектуальные процессы детей и подростков.

Не вызывает сомнения, что в условиях возрастания объема учебно-познавательного материала, гармоническое развитие дошкольника без физического невозможно. Двигательная активность - естественная потребность в движении, удовлетворение которой определяет психическую работоспособность (JI.B. Карманова, М.Ю. Кистяковская, М.А. Рунова, Э.Я. Степаненкова, Н.Т. Терехова и др.), является важнейшим условием формирования основных структур и функций организма. В старшем дошкольном возрасте физические возможности детей увеличиваются. Дошкольники уже хорошо владеют большинством основных видов двигательных действий. Это дает возможность для более широкого использования физической культуры в развитии и воспитании ребенка.

Особое место физической культуры как одного из важнейших средств всестороннего развития дошкольника в отечественной педагогике общепризнанно (А.В. Кенеман, Н.В. Полтавцева, Э.Я. Степаненкова, Е.А. Тимофеева, Е.А. Сагайдачная, Н.А. Ноткина и др.). Многочисленные научные исследования посвящены проблемам физкультурно-оздоровительной работы с детьми, особенностям организации и методики физического воспитания в детском саду, повышению физической подготовленности, закаливанию, развитию физических качеств детей дошкольного возраста и др. (Е.Н. Вавилова, Ю.Ф. Змановский, J1.B. Карманова, С.Я. Лайзане, Н.Ф. Потехина, Л.М. Пензулаева, Л.Н. Пустынникова, Е.А. Сагайдачная, Е.А. Тимофеева, Н.Т. Терехова и др.). Однако вопросы развития эмоциональной устойчивости дошкольников в процессе двигательной деятельности изучены недостаточно. В массовой практике физического воспитания развивающая педагогическая работа фактически подменяется «тренерской» при недостаточном внимании к вопросам развития эмоциональной сферы дошкольников в процессе двигательной деятельности.

В этой связи возникают противоречия:

- между необходимостью развития эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста и неэффективностью существующей педагогической практики;

- между возможностью развития эмоциональной устойчивости детей средствами физической культуры и отсутствием адекватной методики;

- между необходимостью использования методики развития эмоциональной устойчивости детей средствами физической культуры и недостаточной профессиональной подготовкой воспитателей.

С учётом выявленных противоречий был сделан выбор темы исследования, проблема которого сформулирована следующим образом: каковы педагогические условия развития эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры?

Решение данной проблемы составляет цель исследования.

Объектом исследования является эмоциональное развитие детей старшего дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях.

Предметом исследования являются педагогические условия развития эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры в дошкольных образовательных учреждениях.

В ходе исследования была выдвинута гипотеза: развитие эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста обеспечивается при реализации следующих педагогических условий:

- разработана методика, обогащающая основные формы физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях специально сконструированными, рационально подобранными средствами физической культуры, наполненными психологическим содержанием (релаксационные, дыхательные, оздоровительные гимнастики; двигательные действия и задания; варианты массажных упражнений и подвижных игр и др.);

- в процессе физического воспитания обеспечивается индивидуально-дифференцированный подход к детям с различными уровнями проявления эмоциональной устойчивости при реализации экспериментальной методики;

- осуществляется специальная подготовка педагогов к использованию средств физической культуры с целью развития эмоциональной устойчивости старших дошкольников.

Задачи исследования:

1. Проанализировать состояние проблемы развития эмоциональной устойчивости дошкольников средствами физической культуры в современной психолого-педагогической литературе.

2. Уточнить критерии и показатели оценки эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста.

3. Выявить индивидуальные особенности проявления эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста.

4. Определить, обосновать и экспериментально проверить педагогические условия, обеспечивающие развитие эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры.

Методологическую основу исследования составили:

- основные положения в области философии, психологии, медицины, физиологии и других наук о взаимосвязи и взаимозависимости развития двигательных функций и психики ребенка; жизненно важной роли двигательной активности как основы жизнеобеспечения его организма (Аристотель, Платон, И.М. Сеченов, И.П. Павлов, Н.А.Бернштейн, JI.C. Выготский, А.Н. Леонтьев, Н.И. Красногорский, Н.И. Касаткина, Н.М. Щелованов, Ю.Ф. Змановский и др.).

- теория деятельностного опосредования развития психики ребёнка (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, Л.И. Божович, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев и др.);

- теория эмоций, психологический анализ эмоциональных явлений и нарушений эмоционального развития в детском возрасте (Г.М. Бреслав, В.К. Ви-люнас, К. Изард, А.Д. Кошелева, В.В. Лебединский и др.);

Теоретической основой исследования являются:

- исследования теоретических аспектов эмоциональной устойчивости (Л.М. Аболин, В.Э. Мильман, Я. Рейковский, М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко, О.А. Черникова и др.);

- работы, посвящённые проблеме развития эмоциональной сферы дошкольников (JI.A. Абрамян, В.К. Вилюнас, JI.C. Выготский, А.В. Запорожец, А.Д. Кошелева, Я.З. Неверович, Л.П. Стрелкова и др.).

- исследования в области воспитания и обучения детей дошкольного возраста (Р.С. Буре, Е.Н. Герасимова, М.В. Крулехт, В.И. Логинова, В .Я. Лыкова, П.Г. Саморукова и др.);

- теоретические основы развития физической культуры и физического воспитания (П.Ф. Лесгафт, М.Я. Виленский, В.М. Зациорский, Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков, Ж.К. Холодов, B.C. Кузнецов и др.); работы по теории и методике физического воспитания дошкольников (Е.Г. Леви-Гориневская, А.И.Быкова, А.В. Кенеман, Т.И.Осокина, Н.И. Бочарова, Ю.Ф. Змановский, Н.А. Ноткина, Т.Н. Осокина, С.С. Прищепа, М.А. Руно-ва, Э.Я. Степаненкова, и др.).

Методы исследования.

Теоретический анализ литературы по философии, психологии и педагогике; метод теоретических построений (выдвижение гипотезы, теоретических основ и исходных положений исследования); диагностические методы исследования: наблюдение за поведением детей при взаимодействии с воспитателем и со сверстниками; диагностические задания; индивидуальные собеседованияи индивидуальные эксперименты с детьми; проективные графические методы; анкетирование воспитателей и родителей; педагогический эксперимент в его констатирующей, формирующей и контролирующей функциях; экспериментально-диагностические методы оценки хода и результатов исследования.

Опытно-экспериментальная база исследования: экспериментальная площадка - ДОУ Центр развития ребёнка - детский сад № 101 (г. Липецк), образовательное учреждение для детей дошкольного и младшего школьного возраста - прогимназия № 73 (г. Липецк); ДОУ № № 25, 14 г. Елец). На различных этапах эксперимента исследованием было охвачено 110 детей, 30 работников дошкольных учреждений.

Этапы исследования.

На первом этапе (2000-2002 гг.) изучалась философская, педагогическая, психологическая, физиологическая литература по проблеме исследования, определялась актуальность, формулировались гипотеза, цель, задачи исследования.

На втором этапе (2002-2005 гг.) проводились констатирующий и формирующий эксперименты. Изучались особенности проявления эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста и определялись педагогические условия, обеспечивающие развитие эмоциональной устойчивости у дошкольников средствами физической культуры.

На третьем этапе (2005-2006 гг.) анализировались и обобщались результаты опытно-экспериментальной работы, делались выводы о степени достижения цели и решения поставленных задач, оформлялись материалы исследования.

Научная новизна исследования:

- уточнено понятие юмоциональная устойчивость дошкольников»;

- определены критерии, показатели, уровни эмоциональной устойчивости дошкольников;

- выявлены индивидуальные особенности проявления эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста;

- разработана и экспериментально апробирована методика развития эмоциональной устойчивости дошкольников средствами физической культуры.

Теоретическая значимость заключается:

- в уточнении роли средств физической культуры в развитии эмоциональной устойчивости дошкольников;

- в определении и конкретизации теоретических оснований методики использования средств физической культуры в развитии эмоциональной устойчивости дошкольников.

Праетическая значимость проведённого исследования состоит:

- в разработке методики развития эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры;

- в создании методических рекомендаций для воспитателей по развитию эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры;

-в разработке курса по выбору для вузов «Особенности использования средств физической культуры в развитии эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста».

Материалы исследования могут быть использованы в деятельности педагогических учебных заведений, осуществляющих подготовку преподавателя педагогики и психологии (дошкольной); инструктора по физической культуре в ДОУ. Могут стать полезными педагогам и психологам дошкольных образовательных учреждений, работникам курсов повышения квалификации воспитателей. Материалы могут найти применение при изучении дисциплин специализации «Физическая культура в дошкольных учреждениях»; курсов: «Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка», «Детская психология».

Достоверность и обоснованность научных результатов обеспечены многосторонним анализом изучаемой проблемы; методологической обоснованностью исходных теоретических положений, сочетанием эмпирических и теоретических методов исследования, комплексным характером опытно-экспериментальной работы, репрезентативностью выборки.

На защиту выносятся следующие положения:

1. Эмоциональная устойчивость ребёнка дошкольного возраста может быть рассмотрена как один из базовых компонентов психического здоровья и индивидуальная характеристика эмоциональной сферы, выражающаяся в адекватности эмоционального реагирования ребёнка при взаимодействии с окружающей действительностью, оптимальной силе проявлений переживаемых эмоций и стабильных особенностях эмоционального реагирования.

2. Дети старшего дошкольного возраста характеризуются разными уровнями проявления эмоциональной устойчивости. Критериями и показателями уровней выступают:

- адекватность эмоционального реагирования ребёнка при взаимодействии с окружающей действительностью (содержание эмоционального реагирования ребёнка при взаимодействии с окружающими людьми в привычной и эмоциогенной обстановке);

- сила выраженности переживаемых эмоций (интенсивность эмоциональных проявлений, эмоциональная лабильность, длительность эмоциональной реакции);

- стабильность особенностей эмоционального реагирования (эмоциональный фон, модальное содержание, экспрессивность при эмоциональном реагировании, отсутствие эмоциональных отклонений).

3. Индивидуальные особенности проявления эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста выражаются в индивидуальном сочетании ряда показателей эмоциональной устойчивости, которые обусловлены типом нервной системы ребёнка, особенностями воспитания, физическим и психическим состоянием в данный момент и др.

4. Средства физической культуры могут быть использованы для развития эмоциональной устойчивости дошкольников. Результативность данного процесса определяется комплексом педагогических условий:

- обогащение основных форм физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях специально сконструированными, рационально подобранными средствами физической культуры, наполненными психологическим содержанием (релаксационные, дыхательные, оздоровительные гимнастики; двигательные действия и задания; варианты массажных упражнений и подвижных игр и др.), и вариативность их использования;

- обеспечение индивидуально-дифференцированного подхода к детям с различными уровнями проявления эмоциональной устойчивости при реализации экспериментальной методики;

- осуществление специальной подготовки педагогов к использованию средств физической культуры с целью развития эмоциональной устойчивости старших дошкольников.

Апробация и внедрение результатов исследования.

Основные положения и результаты исследования обсуждались на заседаниях кафедры дошкольной и коррекционной педагогики, педагогики начального образования Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина. Материалы исследования докладывались на Международных научно-практических конференциях: «XXI век: здоровый образ жизни» (Елец, 2003 г.), «Медико-психологические и педагогические проблемы качества жизни» (Липецк, 2003 г.), Всероссийских научно-практических конференциях: «Теоретические и практические вопросы укрепления здоровья» (Тверь, 2003 г.), «Здоровье ребёнка и пути его формирования и защиты» (Липецк, 2004), областной научно-практической конференции «Пути оптимизации физического развития и здоровья детей в дошкольных образовательных учреждениях» (Липецк, 2002 г.), на ежегодных научно-практических конференциях преподавателей и студентов в ЕГУ им. И.А. Бунина (Елец, 2001-2006 гг.). Материалы исследования отражены в четырнадцати публикациях автора.

Основные идеи исследования прошли апробацию в практике работы детских садов г. Ельца и экспериментальных площадок г. Липецка: ДОУ Центр развития ребёнка - детский сад № 101, образовательное учреждение для детей дошкольного и младшего школьного возраста - прогимназия № 73; на курсах повышения квалификации воспитателей и инструкторов по физической культуре при Управлении образования it. Ельца, Липецка; внедрены в педагогический процесс факультета педагогики и психологии (дошкольной) Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина в базовый курс дисциплины «Теория и методика физического воспитания и развития ребёнка» для студентов, обучающихся по разным специальностям: «Дошкольная педагогика и психология» с дополнительной специальностью «Иностранный язык», «Педагогика и психология», «Логопедия»; дисциплин специализации «Физическая культура в дошкольных учреждениях»; авторский курс по выбору «Особенности использования средств физической культуры в развитии эмоциональной устойчивости детей старшего дошкольного возраста»; материалы исследования используются при написании студенческих курсовых и дипломных работ.

Структура диссертации: работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.

## Заключение диссертации по теме "Теория и методика дошкольного образования", Гамова, Светлана Николаевна

Результаты исследования доказали возможность развития эмоциональной устойчивости у старших дошкольников средствами физической культуры. Эффективность данного процесса определяется комплексом педагогических условий:

- использование индивидуально-дифференцированного подхода к детям с различными уровнями проявления эмоциональной устойчивости;

- подготовка педагогов к использованию средств физического воспитания с целью развития эмоциональной устойчивости у старших дошкольников;

- обогащение и вариативность структурно-содержательного наполнения основных форм физического воспитания детей в дошкольных учреждениях (оздоровительной гимнастики, физкультурных занятий, физкультминуток, оздоровительных прогулок) специально сконструированными, рационально подобранными средствами физической культуры, наполненных психологическим содержанием: использование релаксационных, дыхательных упражнений, восточных гимнастик, направленных на глубокое мышечное и психическое расслабление, способных снять эмоциональное напряжение, раздражение или волнение, преодолеть состояние апатии и разбитости, ослабить или прекратить отрицательные эмоции, обрести спокойствие, уравновешенность, уверенность в себе. применение двигательных действий и заданий (виброгимнастика, глазодвигательные упражнения, пальчиковая гимнастика) развивающих умение концентрации внимания и сосредоточенности, обеспечивающих развитие межполушарного взаимодействия, навыков волевой регуляции, умение управлять движениями и контролировать свое поведение, создающих возможность ребенку сбросить накопившуюся энергию, снять излишнюю двигательную активность, способствующих мускульному расслаблению, улучшающих самочувствие детей; использование массажных упражнений, которые позволяют снизить нервное перенапряжение, повышенную раздражительность, мышечные зажимы, успокаивают и расслабляют тело, помогают ощущать работу мускулатуры, ближе узнавать свое тело, улучшают кровообращение, успокаивают нервную систему; наличие двигательной деятельности игрового характера, которая вызывает положительные эмоции, эмоциональный подъем (радость, удовольствие, приподнятость, воодушевление), создает у детей повышенный тонус всего организма, состояние психологического комфорта, усиливает физиологические процессы в организме и улучшает работу всех органов и систем. Радостное настроение и мышечная нагрузка дают возможность ребенку свободно выражать свои эмоции, обретая умиротворенность, открытость, внутреннюю свободу, создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, свободного самовыражения и раскрепощенности;

- отбор методов и приёмов развития эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста средствами физической культуры

Разработанная методика формирования эмоциональной устойчивости у детей средствами физического воспитания оказалась достаточно эффективной. Изменились количественные показатели уровней эмоциональной устойчивости, что выразилось в увеличение числа детей высокого уровня эмоциональной устойчивости с 31% до 58%; количество детей с низким и средним уровнем снизилось на 14% и 13%) соответственно.

В результате экспериментальной работы повысился уровень эмоционально-положительных взаимоотношений (на 27%), что повлияло на уровень благополучия большинства детей группы в системе межличностных отношений.

Достигнутый большинством детей высокий уровень эмоциональной устойчивости в процессе использования средств физической культуры, улучшение положения детей в системе личностных взаимоотношений, положительные изменения в поведении детей с низким уровнем эмоциональной устойчивости, влияние перечисленного на эмоциональное благополучие детей подтверждает правомерность использования экспериментальной методики развития эмоциональной устойчивости у старших дошкольников средствами физической культуры.

Проведенное исследование подтвердило первоначально выдвинутую гипотезу, поставленные задачи решены, цель достигнута.

В ходе исследовательской работы обозначились вопросы, требующие дальнейшего изучения. Среди них: разработка педагогических программ развития эмоциональной сферы дошкольников в разных видах двигательной деятельности; определение педагогических условий развития эмоционально-волевой стабильности детей в учебно-воспитательном процессе начальной школы; поиск эффективных путей снижения эмоциональной неустойчивости педагогов-практиков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Наше исследование показало потребность в изучении проблемы развития эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста, как с теоретической, так и с методической стороны исследования. Актуальность проблемы определяется ростом числа детей, для которых характерно наличие не резко выраженных пограничных отклонений в эмоциональной сфере. По результатам исследования около 40% дошкольников эмоционально неустойчивы, что выражается в неадекватном эмоциональном реагировании при взаимодействии с окружающими людьми, характерна быстрая и частая смена настроений, заострённая эмоциональная чувствительность и впечатлительность; ранимость, склонность много волноваться, плаксивость; возможны эмоциональные отклонения (агрессивность, тревожность, гиперактивность).

Терминологический анализ дефиниции «эмоциональная устойчивость» позволил разработать авторское определение данного понятия применительно к этапу дошкольного детства. Эмоциональная устойчивость рассматривается нами как один из компонентов психического здоровья и индивидуальная характеристика эмоциональной сферы детей, выражающиеся в стабильности эмоциональных реакций и отношений ребёнка к окружающей действительности, в адекватности эмоционального реагирования, силе выраженности переживаемых эмоций, особенностях эмоционального реагирования и обеспечивающие его успешную адаптацию в социуме.

В основе индивидуальных различий детской эмоциональной устойчивости лежат особенности функционирования нервной системы, механизмов эмоциональной саморегуляции, содержание эмоционального опыта ребёнка (негативного и позитивного) а также уровень обеспечения педагогических условий развития эмоциональной устойчивости детей в ДОУ и семье.

В результате проведённого исследования были выявлены особенности проявления эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста. Разработаны критерии и показатели эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста: а) адекватность эмоционального реагирования ребёнка при взаимодействии с окружающей действительностью. Показателями являлись: адекватное (неадекватное) содержание эмоционального реагирования ребёнка при взаимодействии с окружающими людьми в привычной обстановке, адекватное (неадекватное) содержание эмоционального реагирования ребёнка в эмоциогенной ситуации; б) сила выраженности переживаемых эмоций. Показатели: адекватная (неадекватная) интенсивность эмоциональных проявлений, адекватная (неадекватная) возрасту эмоциональная лабильность, адекватная (неадекватная) длительность эмоциональной реакции; в) особенности эмоционального реагирования. Показатели: эмоциональный фон (положительный, отрицательный, нейтральный), модальное содержание (преобладание одной или устойчивое сочетание модальностей), экспрессивность (мимическая и двигательная выразительность) при эмоциональном реагировании (сильные, средней выраженности, слабые), отсутствие (присутствие) эмоциональных отклонений.

Выделены три уровня эмоциональной устойчивости у детей старшего дошкольного возраста: высокий, средний, низкий. По результатам констатирующего эксперимента около 30% детей можно отнести к высокому уровню эмоциональной устойчивости, 69% детей имеют проявления среднего и низкого уровня.

Была выявлена зависимость проявления детьми эмоциональной устойчивости от их статусного положения в системе личных взаимоотношений со сверстниками, степени участия родителей в эмоциональном развитии ребенка; особенностей детско-родительских отношений на эмоциональном уровне; особенностей осознания ребёнком ведущих эмоций; общего эмоционального состояния.

## Список литературы диссертационного исследования кандидат педагогических наук Гамова, Светлана Николаевна, 2007 год

1. Аболин, A.M. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека Текст. / A.M. Аболин. Казань, 1987. - 261 с.

2. Аболин, JI.M. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения Текст. / A.M. Аболин // Вопросы психологии. 1989. - №4. - С.141-149.

3. Аболин, JI.M. Соотношение психологических и физиологических коррелятов эмоциональной устойчивости спортсменов Текст. / A.M. Аболин//Вопросы психологии. 1974.-№1.-С. 104-115.

4. Абромян, JI.A. Диагностика и регуляция эмоциональных состояний Текст. / JI.A. Абромян. Одесса, 1991.

5. Абромян, JI.A. Эмоциональное благополучие ребёнка как основополагающий фактор развития личности Текст. / JI.A. Абромян. Одесса, 1990.

6. Алябьева, Е.А. Коррекционно-развивающие занятия для детей старшего дошкольного возраста Текст.: методическое пособие в помощь воспитателям и психологам дошкольных учреждений / Е.А. Алябьева. -М.: Сфера, 2002. 96 с.

7. Алябьева, Е.А. Психогимнастика в детском саду Текст. / Е.А. Алябьева.-М., 2003.-88 с.

8. Алямовская В.Г. Предупреждение психоэмоционального напряжения у детей дошкольного возраста Текст. / В.Г. Алямовская, С.Н. Петрова. -М.: «Издательство Скрипторий 2000», 2002. 80 с.

9. Алямовская, В.Г. Организация гибкого режима в дошкольном учреждении Текст. / В.Г. Алямовская. Н.Новгород, 1998.-60 с.

10. Алямовская, В.Г. Программа «Здоровье» в дошкольном учреждении Текст. / В.Г. Алямовская // Дошкольное воспитание. 1994. -№10-11. -С. 31-39.

11. Амосов, Н.М. 1 ООО движений Текст. / Н.М. Амосов. М. : Просвещение, 1983.-144 с.

12. Ананьев, Б.Г. Вопросы детской и общей психологии Текст. / Б.Г. Ананьев. -М., 1954.

13. З.Аникеева, Н.М. Воспитание игрой Текст.: книга для учителя / Н.М. Аникеева. М.: Просвещение, 1987. - 144 с.

14. Н.Анохин, П.К. Эмоции. Психология эмоций. Тексты Текст. / П.К. Анохин.-М., 1984.

15. Анцупова, Г. JI. Давай поиграем Текст. / Г.Л. Анцупова. Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 78 с.

16. Арбузова, Е.Н. Эмоциональная напряженность младшего школьника Текст.: автореф. дис. канд. пед. наук / Е.Н. Арбузова. Спб., 1999. -20 с.

17. П.Бадулина, О.И. Педагогические основы эмоционального благополучия дошкольников Текст.: автореф. дис. канд. пед. наук / О.И. Бадулина. -М., 1998.-22 с.

18. Базарный, В.Ф. Здоровье и развитие ребёнка: экспересс-контроль в школе и дома Текст.: практическое пособие / В.Ф. Базарный. М.: Аркти, 2005.-176 с.

19. Безруких, М. Дети, которых не понимают взрослые Текст. / М. Безруких // Дошкольное воспитание. 2002. - №5.

20. Бернштейн, Н.А. Физиология движений и активности Текст. / Н.А. Бернштейн. М.: Наука, 1990. - 494 с.21 .Божович, Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте Текст. / Л.И. Божович. М.: Просвещение, 1968. - 464 с.

21. Болонов, Г.П. Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения Текст. / Г.П. Болонов. М., 2003. - 85 с.

22. Бреслав, Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: Норма отклонения Текст. / Г.М. Бреслав. М.: Педагогика, 1990.- 140 с.

23. Бычкова, С.С. Современные программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста Текст. / С.С. Бычкова. М., 2002.

24. Валлон, А. Психическое развитие ребёнка Текст. / А. Валлон. М.: Просвещение, 1967. - 196 с.

25. Василюк, Ф.Е. Психология переживания Текст. / Ф.Е. Василюк. М.: Знание, 1984.-96 с.

26. Вачков, И. Умение владеть эмоциями Текст. / И. Вачков // Воспитание школьника. 1998. - №5.

27. Венгер, A.J1. Психологическое консультирование и диагностика Текст.: практическое руководство / А.Л. Венгер. М.: Генезис, 2001. -160 с.

28. Вильчковский, Э.С. Развитие двигательной функции детей Текст. / Э.С. Вильчковский. Киев, 1983. - 205 с.

29. Вилюнас, В.К. Психология эмоций Текст. / В.К. Вилюнас. СПб.: Питер, 2004. - 496 с.

30. Вилюнас, В.К. Психология эмоциональных явлений Текст. / В.К. Вилюнас.-М., 1976.-142 с.

31. Выготская, И. Релаксация как система расслабляющих упражнений Текст. / И. Выготская, Н. Берковская // Народное образование. 1999. -№10.

32. Выготский, Л.С. Педагогическая психология Текст. / Л.С. Выготский. -М.: Педагогическое общество России, 1991. 236 с.

33. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии Текст. / Л.С. Выготский.-СПб., 1997.

34. Выготский, Л.С. Собрание сочинений Текст.: в 6 т / Л.С. Выготский; -т 4.: Детская психология. М., 2001.

35. Галанов, А.С. Игры, которые лечат Текст. / А.С. Галанов. М.: Педагогическое общество России, 2005. - 96 с.

36. Галанов, А.С. Психическое и физическое развитие ребенка от трех до пяти лет Текст.: пособие для работников дошкольных образовательных учреждений и родителей / А.С. Галанов. М.: Аркти, 2003. - 96 с.

37. Гальперин, П.Я. Введение в психологию Текст. / П.Я. Гальперин. -М.: Просвещение. 1976.-329 с.

38. Гамезо, М.В. Атлас по психологии Текст.: учебное пособие / М.В. Га-мезо, Н.А. Домашенко. М.: Просвещение. 1986. - 272 с.

39. Глазырина, Л.Д. Физическая культура дошкольникам Текст. / Л.Д. Глазырина. М.: Владос, 2001.

40. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста Текст. / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкина. М.: Владос, 2001.- 175 с.

41. Головин, С.Ю. Словарь психолога- практика Текст. / С.Ю. Головин. -М.: ACT, 2001.-976 с.

42. Горькова, Л.Г. Занятия физической культурой в ДОУ Текст. / Л.Г. Горькова, Л.А. Обухова. М.: 5 за знания, 2005. - 112 с.

43. Гюджиев, Г. Стоп упражнения Текст. / Г. Гюджиев // Наука и религия. - 1989. -№ 9.

44. Далинина, Т.А. В мире детских эмоций: пособие для практических работников ДОУ Текст. / Т.А. Далинина, В.Я. Зедгенидзезе, Н.М. Сте-пина. М.: Айрис - пресс, 2004. - 160 с.

45. Дарвин, Ч. Собр. соч. Текст.: т.5 / Ч. Дарвин. М.: Изд-во АНСССР, 1953.

46. Декарт, Р. Страсти души Текст. / Р. Декарт // Избранные произведения. М.: Госполитиздат, 1950. - 712 с.

47. Денисова, З.В. Механизмы эмоционального поведения ребёнка Текст. / З.В. Денисова. М.: Наука, 1978.- 143 с.

48. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья Текст. / Н.И. Дереклеева. М.: Вако, 2004. - 150 с.

49. Детский практический психолог. Программы и методические материалы Текст.: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений; под. ред. Шаграевой О.А., Козловой С.А. М., Академия, 2001.

50. Детство: Программа воспитания и развития в детском саду Текст. -СПб: Акцидент, 1996.

51. Диагностика нарушений поведения и эмоциональных расстройств детей (Альбом диагностических методик) Текст. М., 2000. - 65 с.

52. Дигтярев, Ю.В. Игры обучение, тренинг, досуг Текст. / Ю.В. Дигтя-рев, В.Г. Литвинов. - М.: Академия, 1998. - 98 с.

53. Доденов, Б.И. В мире эмоций Текст. / Б.И. Доденов. Киев: Политиздат Украины, 1987. - 139 с.

54. Доскин, В.А. Растём здоровыми Текст.: пособие для воспитателей, родителей и инструкторов физкультуры / В.А. Доскин, Л.Г. Голубева. М.: Просвещение, 2004. - 110 с.

55. Дьяченко, М.И. Психологический словарь справочник Текст. / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. - Минск: Харвест, 2004. - 576 с.

56. Дьяченко, М.И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости Текст. / М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко // Вопросы психологии. -1990. №1. - С.106-112.

57. Дьяченко, О.М. Психическое развитие дошкольников Текст. / О.М. Дьяченко. М.: Педагогика, 1984. - 127 с.

58. Егоров, Б. Оздоровительно-воспитательная работа с ослабленными детьми Текст. / Б. Егоров // Начальная школа. 2001. - № 12.

59. Ермолаева, М.В. Методы работы психолога с детьми дошкольного возраста Текст. / М.В. Ермолаева. М.: Институт практической психологии, 1996,- 104 с.

60. Запорожец, А.В. Избранные педагогические труды Текст.: в 2 т. / А.В. Запорожец. -М.: Педагогика, 1986. 320 с.64.3ахаров, А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха Текст. /

61. A.И. Захаров. СПб., 1995. - 125 с.

62. B.Н. Зимонина. -М.: Владос, 2004. 304 с.

63. Ибрагимов, X. Аутогенная тренировка как средство самовоспитания Текст. / X. Ибрагимов // Воспитание школьника. 1995. - № 4.

64. Игумнов, С.А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков Текст. / С.А. Игумнов. -М., 2000. 108 с.

65. Изард, К.Э. Эмоции человека Текст. / К.Э. Изард. М.: Изд-во МГУ, 1999.-440 с.

66. Изард, К.Э. Психология эмоций Текст. / К. Изард. СПБ.: Учебник нового века, 1999. - 464 с.

67. Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребёнка: Теория и практика Текст.: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е.И. Изотова, Е.В. Никифорова. М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 288 с.

68. Исаева, С.А. Организация переменок и динамических пауз в начальной школе Текст. / С.А. Исаева. -М., 2004.

69. Калинина, P.P. Тренинг развития личности дошкольника: занятия, игры, упражнения Текст. / P.P. Калинина. СПб.: Речь, 2002. - 160 с.

70. Карабанова, О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка Текст.: учебное пособие / О.А. Карабанова. М.: Владос, 1997. -191 с.

71. Каралашвили, Е. Упражнения для оздоровления детей 6-7 лет Текст. / Е. Каралашвили // Дошкольное воспитание. 2002. - № 6.

72. Картушина, М.Ю. Быть здоровыми хотим: Оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы детского сада Текст. / М.Ю. Картушина. М.: ТЦ Сфера, 2004. - 384 с.

73. Кенеман, А.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста Текст. / А.В. Кенеман, Д.В. Хухлаева. М.: Просвещение, 1985.

74. Клюева, Н.В. Учим детей общению Текст. / Н.В. Клюева, Ю.В. Касаткина. Ярославль, 1997.-237 с.

75. Кочубей, Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника Текст. / Б.И. Кочубей, Е.В. Новиков. М.: Знание,1988. - 79 с.

76. Кошелева, А. Д. Эмоциональное развитие дошкольника Текст. / А.Д. Кошелева. -М.: Просвещение, 1985. 176 с.

77. Кошелева, А. Д. Эмоциональное развитие дошкольников Текст. / А.Д. Кошелева, В.И Перегуда, О.А. Шаграева. М.: Академия, 2003. -176 с.

78. Крюкова, С.В. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшегошкольного возраста Текст. / С.В. Крюкова, Н.С. Слободяник. М., 1999.- 124 с.

79. Кряжева, H.JI. Развитие эмоционального мира детей Текст. / H.JI. Кряжева. Екатеринбург: У-Фактория, 2004. - 192 с.

80. Кряжева, H.JI. Мир детских эмоций. Дети пяти семи лет Текст. / H.JI. Кряжева. - Ярославль: Академия развития, 2000. - 160с.

81. Кузнецова, М.Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях Текст. / М.Н. Кузнецова. -М.: Аркти, 2003. 64 с.

82. Кухранова, И. Коррекционно-психологические упражнения и игры для детей с агрессивным поведением Текст. / И. Кухранова // Воспитание школьника. 2002. - №10.

83. Лаврентьева, Т.П. Практическая психология для воспитателя Текст. / Г.П. Лаврентьева, Т.М. Титоренко. Киев, 1992. - 98 с.

84. Лебединский, В.В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция Текст. / В.В. Лебединский, О.С. Никольская и др. М.: Изд-воМГУ, 1990.- 197 с.

85. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание, Личность Текст. / А.Н. Леонтьев. М.: Политиздат, 1975. - 304 с.

86. Леонтьев, А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. Психология эмоций. Тексты Текст. / А.Н. Леонтьев. М.,1984. Конспект лекций. - М.: Изд-во Московского университета, 1971. - 40 с.

87. Лих, С.А. Формирование эмоционально-волевой готовности детей к обучению в школе средствами физического воспитания Текст.: авто-реф. дис.канд. пед. наук / С.А. Лих. Краснодар, 2000.

88. Лук, А.Н. Эмоции и личность Текст. / А.Н. Лук; под ред. С.П. Столпи-на. М.: Знание, 1982. - 176 с.

89. Лютова, Е.К. Шпаргалка для взрослых Текст. / Е.К. Лютова, Г.Б. Мо-нина. -М.: Генезис, 2000. 188 с.

90. Мазепина, Е.В. Эффективность применения игровых средств и методов физического воспитания для улучшения психофизического состояниядетей 6-8 лет Текст.: автореф. дис.канд. пед. наук / Е.В. Мазепина.-М., 2001.

91. Марищук, B.JI. Психологические основы формирования профессионально значимых качеств Текст.: автореф. дис.д-ра пед. наук /

92. В.Л. Марищук. Л., 1982. - С. 20.

93. Мартынов, С.М. Здоровье ребенка в ваших руках Текст.: пос. для работников ДОУ и родителей / С.М. Мартынов. М.: Аркти, 1995. -108 с.

94. Меланич, Ю.М. Психологическая коррекция эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста Текст.: автореф. дис.канд.пед. наук / Ю.М. Меланич. Спб, 1998.

95. Минаева, В.М. Психологические особенности эмоционального развития ребёнка в дошкольном учреждении Текст. / В.М. Минаева. М., 2000.

96. Минаева, В.М. Развитие эмоций дошкольников. Занятия. Игры Текст.: пос. для практических работников дошкольных учреждений / В.М. Минаева. М.: АРКТИ, 2001. - 48 с.

97. Мухина, B.C. Детская психология Текст. / B.C. Мухина. М.: ООО Апрель пресс, ЗАО ЭКСМО - Пресс, 1999. - 352 с.

98. Немов Р.С. Психология. Словарь-справочник Текст. / Р.С. Немов. -М., 2003.

99. Немов, Р.С. Психология Текст.: учебник для студентов высших пед. уч. заведений: в 2-х кн. / Р.С. Немов. М.: Просвещение, 1994.

100. Нестеров, В.А. Мотивационно-эмоциональный аспект двигательной активности детей дошкольного возраста Текст. / В.А. Нестеров и др. -М., 1998.-84 с.

101. Нестерюк, Т.В. Игровая психогимнастика как форма оздоровительно-развивающей работы с детьми дошкольного возраста Текст.: авто-реф. дис. .канд. пед. наук / Т.В. Нестерюк. М., 2000.

102. Никифоров, Г.С. Развитие социальных эмоций у детей дошкольного возраста Текст. / Г.С. Никифоров. М., 1986.

103. Никифоров, Г.С. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция Текст. / Г.С. Никифоров. М., 1990.

104. Новикова, Е.В. Эмоциональная устойчивость школьника Текст. / Е.В. Новикова, Б.И. Кочубей. М., 1998.

105. Образцова, Т.Н. Психологические игры для детей Текст. / Т.Н. Образцова. М.: ООО «Этрол», ООО «Лада», 2005. - 192 с.

106. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования Текст. / Р.В. Овчарова. М.: Академия, 2003. - 448 с.

107. Оклендер, В. Окна в мир ребенка Текст. / В. Оклендер. М.: Класс, 1997.-334 с.

108. Орехова, О.А. Цветовая диагностика эмоций человека Текст. / О.А. Орехова. Спб.: Речь, 2002. - 108 с.

109. Осипова, А.А. Общая психокоррекция Текст. / А.А. Осипова. М., 2002.

110. Осокина, Т.И. Игры и развлечения детей на воздухе Текст. / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева, Л.С. Фурмина. М.: Просвещение, 1980.-224 с.

111. Оценка физического и нервно-психического развития детей раннего и дошкольного возраста Текст.; сост. А.Н. Ноткина, Л.И. Казьмина, Н.Н.Бойнович. СПб.: Акцидент, 1995. - 36 с.

112. Павлова, И.М. Развитие эмоциональной устойчивости учащихся юношеского возраста Текст.: автореф. дис. . канд. пед. наук / И.М. Павлова.-М., 2000.

113. Панфилова, М.А. Игротерапия общения Текст. / М.А. Панфилова. -М.: Айрис Пресс, 2000. - 164 с.

114. Паренс, Г. Агрессия наших детей Текст. / Г. Паренс. М.: Форум, 1997.- 152 с.

115. Пензулаева, Л.И. Подвижные игры и игровые упражнения Текст. / Л.И. Пензулаева. М.: Владос, 2002. - 108 с.

116. Писаренко, В.М. Роль психики в обеспечении эмоциональной устойчивости человека Текст. / В.М. Писаренко // Психологический журнал. 1986. - №5. - С.62-72.

117. Психолог в детском саду Текст.; авт. Л.А. Венгер, Е.Л. Агаева и др. -М.: ИНТОР, 1995.-64 с.

118. Психологический отбор лётчиков Текст.; под ред. Е.А. Милеряна. -Киев, 1966.-С.145.

119. Психологический словарь Текст.; под ред. Н.О. Зиновьевой. -СПб., 1999.

120. Психологический словарь Текст.; под ред. В.В. Давыдова и др. -М., 1983.

121. Психологический словарь Текст.; под ред. В.П. Зинченко. М.: Педагогика-Пресс, 1996. - 438 с.

122. Психология развития Текст.: уч. для ВУЗов; под ред. Т.Д. Марцен-ковской. М.: Академия, 2001. - 352 с.

123. Психология. Словарь Текст.; под ред. А.В. Петровского. М., 1990.

124. Рейковский, Я. Экспериментальная психология эмоций Текст. / Я. Рейковский. М., 1979.

125. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога Текст.: уч. пос.: в 2-х кн. / Е.И. Рогов. Кн. 1. Система работы психолога с детьми разного возраста. 3-е изд. - М.: Владос, 2001. - 384с.

126. Рогов, Е.И. Эмоции и воля Текст. / Е.И. Рогов. М.: Владос,2003,-230с.

127. Роджерс, К.Р. Консультирование и психотерапия Текст. / К.Р. Роджерс. М.: Академия, 2000. - 202 с.

128. Романов, А.А. Направленная игротерапия нарушений поведения и эмоциональных расстройств у детей (дошкольного и младшего школьного возраста) Текст.: альбом диагностических и коррекционных методик / А.А. Романов. М.: Принт, 2002. - 65 с.

129. Романов, А.А. Эмоциональные нарушения у детей Текст. / А.А. Романов. -М., 1996.

130. Рубинштейн, С.П. Основы общей психологии Текст. / С.П. Рубинштейн. СПб.: Питер, 2000. - 705 с.

131. Сергеева, Н.Ю. Педагогические условия обеспечения эмоционального благополучия младших школьников средствами изобразительного искусства Текст.: автореф. дис. . канд. пед. наук / Н.Ю. Сергеева. -Чебоксары, 2002.

132. Симонов, П.В. Эмоциональный мозг Текст. / П.В. Симонов. М., 1981.

133. Смирнова, Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей Текст. / Т.П. Смирнова. Ростов н/Д: Феникс, 2003. - 160 с.

134. Соловьева, Н. Об использовании дыхательных упражнений и точечного массажа в работе с дошкольниками Текст. / Н. Соловьева // Дошкольное воспитание. 1995. - № 4.

135. Спиноза, Б. Этика. Избранные произведения Текст. / Б.Спиноза. -Т. 1-2. -М., 1957.

136. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка Текст. / Э.Я. Степаненкова. М., 2004.

137. Степанова, О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе Текст. / О.А. Степанова. М.: ТЦ Сфера, 2003. - 144 с.

138. Столяренко, Л.Д. Основы психологии Текст. / Л.Д. Столяренко. -Ростов н/Д.: Феникс, 2002.

139. Тарабакина, Л.В. Эмоциональное здоровье школьника. Теория и практика психологического сопровождения Текст.: автореф. дис. . канд. пед. наук / Л.В. Тарабакина. М., 2000.

140. Урунтаева, Г.А. Диагностика психологических особенностей дошкольника Текст. / Г.А. Урунтаева. М.: Академия, 1996. - 96 с.

141. Федоренко, Л.Г. Психологическое здоровье в условиях школы: Психопрофилактика эмоционального напряжения Текст. / Л.Г. Федоренко. СПб.: КАРО, 2003. - 208 с.

142. Филиппова, Г.Г. Психология материнства. Ранний онтогенез Текст. /Г.Г. Филиппова.-М., 1999.

143. Фирилева, Ж.Е. «Са-Фи-Дансе»: Танцевально-игровая гимнастика для детей Текст. / Ж.Е. Фирилева, Е.Г. Сайкина. СПб: Детство-пресс, 2003.-352 с.

144. Фоминова, А.Н. Причины эмоционального дискомфорта учащихся младших классов и условия его преодоления Текст.: автореф. дис. . канд. пед наук / А.Н. Фоминова. М. 2003.

145. Фрес П. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция Текст. / П. Фрес, Ж. Пиаже. М., 1990.

146. Фурманов, П.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция Текст. / П.А. Фурманов. Минск, 1996.

147. Ханна, Т. Искусство не стареть. Как вернуть гибкость и здоровье Текст. / Т. Ханна. СПб: Питер, 1997. - 156 с.

148. Хвиюзова, Т.А. Педагогическая коррекция эмоциональных нарушений поведения у дошкольников средствами рисования Текст.: авто-реф. дис. канд. пед. наук/Т.А. Хвиюзова. М., 1993. -23 с.

149. Холостенко, И. Исцели себя сам (восточная оздоровительная гимнастика в системе физического воспитания детей дошкольного возраста) Текст. / И. Холостенко // Учитель. 2000. - №5.

150. Хухлаева, О.В. Маленькие игры в большое счастье. Как сохранить психическое здоровье дошкольника Текст. / О.В. Хухлаева, О.Е. Хух-лаев, И.Н. Перевушина. М.: Апрель-Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001. -224 с.

151. Хухлаева, О.В. Лесенка радости: Коррекция негативных личностных отклонений в дошкольном или школьном возрасте Текст. / О.В. Хухлаева.-М.: Совершенство, 1998.

152. Цзен, Н.В. Психотехнические игры в спорте Текст. / Н.В. Цзен. -М, 1985.

153. Чебыкин, А.Я. Исследование эмоциональной устойчивости и психологические средства ее формирования у спортсменов Текст. / А.Я. Чебыкин, Л.М. Аболин // Психологический журнал. 1984. - №4. -Т.5. -С.83-88.

154. Чернецкая, Л.В. Психологические игры и тренинги в детском саду Текст.: уч. пос. для ВУЗов / Л.В. Чернецкая. Ростов н/Д.: Феникс, 2001.- 178 с.

155. Черникова, О. А. Исследование эмоциональной устойчивости в условиях напряженной деятельности Текст. / О.А. Черникова // XVIII Международный психологический конгресс. Проблемы общей психологии.-Т. 2.-М., 1966.-С. 506-507.

156. Чиркова, Т.И. Психологическая служба в детском саду Текст.: уч. пос. для ВУЗов / Т.И. Чиркова. М.: Владос, 2001. - 224 с.

157. Чистякова, М.И. Психогимнастика Текст. / М.И. Чисткова. М.: Просвещение, 1990. - 126 с.

158. Шебеко В.Н. Физическое воспитание дошкольников Текст.: учеб. пособие для средних пед. учеб. завед. / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак, В.А. Шишкина. -М.: Академия, 1996.

159. Шевченко, Ю.С. Коррекция поведения детей гиперактивностью: психопатоподобным синдромом Текст. / Ю.С. Шевченко. М., 1997.

160. Шипицина, J1. Социально-эмоциональные нарушения у школьников причины, средства помощи Текст. / J1. Шипицина // Народное образование. 1998.-№9-10.

161. Широкова, Г.А. Развитие эмоций и чувств у детей дошкольного возраста Текст. / Г.А. Широкова. Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - 299 с.

162. Эльконин, Д.Б. Особенности психического развития детей 6-7-летнего возраста Текст. / Л.Б. Эльконин, А.Л. Венгер. М., 1998.

163. Эльконин, Д.Б. Детская психология Текст. / Д.Б. Эльконин. М.: Педагогика, 1985.-384 с.

164. Эльконин, Д.Б. Психология игры Текст. / Д.Б. Эльконин. М.: Педагогика, 1978. - 304 с.

165. Юнг, К.Г. Конфликты детской души Текст. / К.Г. Юнг. М.: Просвещение, 1997. - 138 с.

166. Я работаю психологом: Опыт размышления, советы Текст.; под ред. И.В. Дубровиной. -М.: Аспект-Пресс, 1998. 156 с.

167. Якобсон П. Эмоциональная жизнь школьника Текст. / П. Якобсон. -М.,1966.

168. Якунина, С. Ритмическая гимнастика Текст. / С. Якунина // Дошкольное воспитание. 2002. - №6.1. Анкета для родителей1. Ф.И.О., возраст ребенка

169. Кто из родителей заполнял анкету? (мать, отец)

170. За. Считаете ли вы своего ребенка эмоциональным? (да, нет, не могусказать)36. Почему?

171. Как часто (редко, иногда, постоянно) Ваш ребенок испытываетрадостьпечальгнев (злость)страхобидастыд (вина)завистьотвращениепрезрениеотметить каждую эмоцию)

172. Как Вы думаете, что (ситуация, конкретный человек, конкретный предмет) чаще всего является причиной проявления у вашего ребенка следующих эмоций:радостьпечальгнев (злость)страхобидастыд (вина)завистьотвращениепрезрение187отметить каждую эмоцию)

173. Если Вашего ребенка что-нибудь беспокоит, стараетесь ли Вы исправить ситуацию? (Всегда, иногда, никогда)

174. Как часто (постоянно, по ситуации, редко, никогда) Вы наказываете своего ребенка?

175. В чем выражается наказание?8а. Бывает ли у Вашего ребенка необоснованное и длительное эйфори-ческое настроение, часто сопровождающееся высокой двигательной или вербальной активностью? (часто, иногда, никогда)

176. Особенности реакции ребенка на данное событие (шок, истерика,кома и др.)

177. Оа. Какое событие (радостное, печальное, не могу сказать) своей жизни ребенок вспоминает чаще всего?

178. Какие причины (человек, ситуация, предмет, не могу сказать) вызывают воспоминания об этом событии?

179. Можно ли по лицу Вашего ребенка догадаться об испытываемых им чувствах? (Всегда, иногда, никогда)

180. Считаете ли вы лицо Вашего ребенка выразительным? (да, нет, не могу сказать)

181. Может ли Ваш ребенок заплакать или засмеяться, сопереживая Вам, другим людям, литературным и телевизионным персонажам? (да, нет, не могу сказать).14а. Принято ли у Вас в семье ярко выражать эмоции и чувства? (да,нет)

182. Какие Вы используете слова для объяснения проявлений чувств (эмоций) в жизни, литературе, кинофильмах?

183. Как Вы считаете, что-нибудь или кто-нибудь тревожит или раздражает ли Вашего ребенка?

184. Что именно тревожит или раздражает Вашего ребенка? Перечислите.

185. Как Вы думаете, какова причина возникновения тревоги и агрессии у Вашего ребенка?

186. Жаловался ли Вам ребенок на то, что его что-то тревожит или раздражает?

187. Как Вы себя ведете, когда Ваш ребенок начинает раздражаться?