

**Ткаченко А. С.**, студент 4 курс, факультет «Психологии и педагогики»

*Елабужский институт Казанского (Приволжского) федерального университета, Россия, г. Елабуга*

**Елисеева Т. А.**, воспитатель I квалификационной категории

*МБДОУ детский сад №16 «Лучик» комбинированного вида Елабужского муниципального района, Россия, г. Елабуга*

## **КАК ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ МОГУТ ПОВЛИЯТЬ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ РЕБЁНКА ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА?**

**Аннотация:** В статье говорится о том, насколько эмоциональная сфера является важным компонентом в развитии личности ребёнка дошкольного возраста, а также о роли игры в жизни дошкольника. Представлено описание эмпирического исследования.

**Ключевые слова:** эмоция, эмоциональное состояние, подвижная игра, дети дошкольного возраста, исследование, методика.

**Annotation:** The article describes how the emotional sphere is an important component in the development of the personality of a child of preschool age, as well as the role of the game in the life of a preschooler. The description of empirical research is presented.

**Key words:** emotion, emotional state, mobile game, preschool children, research, methodology.

Взаимодействие одного человека с другим будет успешным только в том случае, если он сможет управлять своими эмоциями и при этом уметь «читать» эмоциональное состояние другого. Поэтому эмоциональная сфера является

одной из самых важных составляющих в развитии детей дошкольного возраста. Понимание своих эмоций и чувств является важным моментом в становлении личности.

Эмоции — это состояния, связанные с оценкой значимости для индивида действующих на него факторов и выражающиеся, прежде всего, в форме непосредственных переживаний удовлетворения или неудовлетворения его актуальных потребностей. Эмоции являются одним из главных регуляторов деятельности [1].

В психологии в узком смысле термин «эмоция» определяются как переживание человеком в данный момент своего отношения к чему-либо [13]. В широком смысле под «эмоцией» понимают целостную эмоциональную реакцию личности, включающую не только психический компонент — переживание, но и специфические физиологические изменения в организме, сопутствующие этому переживанию. В этом случае можно говорить об эмоциональном состоянии человека [8].

Эмоциональные состояния — это переживания человеком своего отношения к окружающей действительности и к самому себе в определенный момент времени, относительно типичные для данного человека; те состояния, которые регулируются преимущественно эмоциональной сферой и охватывают эмоциональные реакции и эмоциональные отношения [5].

Дошкольный возраст — это особый период в жизни ребенка, когда развиваются самые общие способности, которые необходимы любому человеку в любом виде деятельности. В этот период ребёнок учится общаться с другими людьми, он познает такие эмоции, как радость и огорчение, узнает много новой информации и делает для себя разные открытия. Данной проблемой занимались такие педагоги и психологи, как Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин и многие другие. Они 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. Если посмотреть на нашу повседневную жизнь, то можно увидеть, что от эмоций зависит наше отношение к людям, событиям, оценки собственных действий и поступков [12].

Для детей дошкольного возраста ведущим видом деятельности является игра.

Игра – это квази условия, в которые попадает ребенок. В игре ребёнок творец и субъект собственной деятельности, собственных эмоций. В процессе игры резко обостряются все эмоции, ребёнок переживает не только её содержание, но и отношение к себе, он переживает деятельность, и, поскольку он включается, он перевоплощается, у него актуализируются, совершенствуются знания, подходы и формируется реальная деятельность на более высоком уровне. Эмоциональное состояние, возникшее у ребёнка в игре, задерживается, продлевается на длительный промежуток времени, так как дети внутренне ещё раз переживают эту игру [6].

Одной из разновидностей детской игры является подвижная игра.

Подвижная игра – незаменимое средство пополнения знаний и представлений ребенка об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. При проведении подвижной игры создаются неограниченные возможности комплексного использования разнообразных методов, направленных на формирование личности ребенка. В процессе игры происходит не только упражнение в уже имеющихся двигательных навыках, их закрепление и совершенствование, но и формирование качеств личности [2].

Игра дошкольника насыщена самыми разнообразными эмоциями: удивлением, волнением, радостью и восторгом. Это даёт возможность использовать игровую деятельность не только для развития и воспитания личности ребёнка, но и для профилактики и коррекции его психических состояний [4].

Для того чтобы узнать как игра может повлиять на эмоциональное состояние детей, нами было проведено эмпирическое исследование.

Исследование проводилось на базе Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 2 "Сказка" общеразвивающего вида Менделеевского муниципального района. Выборка составила 30 человек в возрасте 5 – 6 лет (старшая группа).

Для выяснения эмоционального состояния детей (положительное или отрицательное) была взята методика «Паровозик» автором которой является Валиева С. В. Она предназначена для изучения эмоционального состояния ребёнка, позволяет определить положительное или негативное настроение, понять есть ли состояние тревоги, страха, нормальную или низкую адаптацию к социальной среде [3].

Методика состоит из 8 разноцветных карточек «вагончиков» (желтый, зелёный, красный, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный). Вагончики в разном порядке размещаются на белом фоне.

Испытуемому предлагалось рассмотреть все вагончики и построить из них необычный паровозик. Первым ставиться тот цвет, который наиболее приятен ребёнку, далее то же самое делается с оставшимися цветами и так до последнего цвета. Исследование проводилось индивидуально. В протоколе фиксировалась позиция цвета вагончика и высказывания ребёнка.

Обработка данных.

1 балл присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый – на третью; красный, желтый, зеленый – на шестую.

2 балла присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый – на вторую; красный, желтый, зеленый – на седьмую, синий – на восьмую.

3 балла присваивается, если черный, серый или коричневый вагончик поставлен на первую позицию; синий – на седьмую; красный, желтый, зеленый – на восьмую позицию.

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается:

- менее 3-х, то эмоциональное состояние оценивается как позитивное;

- при 4-6 баллах – как негативное состояние низкой степени;
- при 7 – 9 баллах – средней степени;
- больше 9 баллов – высокой степени.

В течение всего проведения исследования было сделано 6 замеров для того, чтобы исключить возможность влияния других факторов на эмоциональное состояние детей (у ребенка нет настроения, его наказали или отругали, погода плохая и многое другое).

В один день делалось 2 замера – до проведения игр и после. Несмотря на то, что детям приходилось не один раз «строить» паровозик, они каждый раз проявляли интерес к этому делу.

Методика проводилась индивидуально с каждым ребёнком, в помещении, где никто не мешал. Задание для детей не было сложным, так как оно было специально подобрано для данной возрастной группы.

Нами были подобраны определенные подвижные игры, с помощью которых, предполагалось поднять настроение детям и улучшить их эмоциональное состояние. Все игры соответствовали возрасту старшей группы. Каждый раз проводилось по 4-5 игр.

Особенности проведения подвижных игр:

1. Обязательным условием успешного проведения подвижных игр является учет индивидуальных особенностей каждого ребенка.

2. Подбор подвижных игр зависит от условий работы каждой возрастной группы: общего уровня физического, умственного развития детей, их двигательных умений; состояния здоровья каждого ребенка, его индивидуальных типологических особенностей, времени года, режима дня, места проведения игр, интересов детей.

3. Обязательным условием подготовки педагога к проведению подвижных игр является предварительное разучивание движений как

имитационных, так и физических упражнений, действий, которые дети выполняют в игре.

4. Важно правильно организовать игру в отношении содержания, очередности выполнения заданий. Игра может быть проведена одновременно со всеми детьми или с небольшой группой.

5. Ознакомление детей с новой игрой проводится четко, лаконично, образно, эмоционально и продолжается 1,5–2 мин.

Рассмотрим подробнее полученные результаты в ходе исследования.

Эмоциональное состояние	Количество детей (до)	Количество детей (после)	% соотношение (до)	% соотношение (после)
Позитивное	14	23	46,6	76,6
Негативное низкой степени	14	6	46,6	20
Негативное средней степени	2	1	6,6	3,3
Негативное высокой степени	0	0	0	0

Таблица 1. Результаты детей по методике «Паровозик» до и после (1 замер).

Как видно из таблицы 1 только 46,6 % детей имели позитивное эмоциональное состояние до того, как мы провели игры. Можно предположить, что такие результаты получились вследствие того, что это была вторая половина дня, то есть дети как раз проснулись после дневного сна. Возможно кто – то плохо спал, увидел нехороший сон или перед сном уже имел негативное эмоциональное состояние.

После проведения 1 замера, нами были проведены ряд игр, которые могли повлиять на эмоциональное состояние детей.

Дети играли в такие игры, как: «"Где мы были, мы не скажем, а что делали - покажем", "Дотронься до...", "Липучки", «Разноцветное настроение» [9].

Для создания у детей интереса к игре были использованы различные дидактические материалы (картинки, цветные карточки, карандаши).

Особенно ярко проявлялось чувство радости у детей, когда игры были под музыку, так как музыка воздействует на эмоции детей, создает у них определенное настроение.

После того, как провели игры, был сделан повторный замер (результаты после). В соответствии с результатами, мы видим, что после проведения игр, у многих детей эмоциональное состояние с негативной степени улучшилось в позитивную. Больше половины детей (76,6 %) имели позитивное эмоциональное состояние. Однако тут же можно увидеть, что один ребёнок имел негативное эмоциональное состояние средней степени. Это может быть результатом того, что игры были разными, где – то нужен был водящий, в некоторых играх нужно было сделать так, чтобы тебя не поймали и, возможно, ребёнку досталось не та роль, в которую он хотел бы играть и от этого его настроение только ухудшилось.

Через несколько дней, в то же время (после дневного сна) нами вновь были сделаны два замера «до» и «после», но дети играли уже в другие игры.

Эмоциональное состояние	Количество детей (до)	Количество детей (после)	% соотношение	% соотношение
Позитивное	15	29	50	96,6
Негативное низкой степени	15	1	50	3,3
Негативное средней степени				
Негативное высокой степени				

Таблица 2. Результаты по методике «Паровозик» до и после (2 замер).

Как мы видим в этот раз, результаты «до» проведения игр ровно 50% то есть половина детей имели позитивное эмоциональное состояние и столько же имели негативное эмоциональное состояние. Для того, чтобы способствовать улучшению настроения всех детей нами были проведены такие игры как: "Веселое приветствие" [7], "Море волнуется", "Дядюшка Трифон", Игра

«Радостная песенка». Так же было подобрано специальное упражнение на релаксацию, которое способствует снятию психоэмоционального напряжения [10].

А по результатам «после» проведения игры мы видим, что эмоциональное состояние детей улучшилось. Почти все дети 96,6 % детей имели хорошее настроения. И 1 ребенок имел негативное эмоциональное состояние низкой степени, что может быть результатом того, что этот ребёнок после сна был в плохом настроении и в течение проведения всех игр, не проявлял активность и принимал минимум участия.

После нескольких дней, подобрав ряд других игр и упражнений, мы вновь провели методику «Паровозик» для того, чтобы выяснить как эти игры, повлияют на эмоциональное состояние детей.

Эмоциональное состояние	Количество детей (до)	Количество детей (после)	% соотношение	% соотношении
Позитивное	16	27	53,3	90
Негативное низкой степени	13	3	43,3	10
Негативное средней степени	1		33	
Негативное высокой степени				

Таблица 3. Результаты по методике «Паровозик» до проведения игр.

В этот раз, в начале работы больше половины детей (53,3 %) имели позитивное эмоциональное состояние. Однако, немало детей были с плохим настроения и для того, чтобы его улучшить мы провели такие игры: "Узнай, кто позвал?", "Золотые ворота", «Радостная песенка». И так же провели ряд упражнений так как: «Танцевальная терапия», арт-терапевтическое упражнение «Чудесный край» [11].

В результате проведения данных игр и упражнений, мы видим, что у многих детей негативное эмоциональное состояние сменилось на позитивное. Это говорит о том, что нами подобранные игры и упражнения положительно повлияли на эмоциональное состояние детей.

Во время проведения игр в основном брались подвижные игры. В этих играх можно показать, свою ловкость, быстроту и сообразительность. Такие игры сплочают детей. При таких играх всегда бывают неожиданности. Кто-то упадет, стукнется. Одни делают все быстро и правильно, другие хитрят, чтобы успеть, третьи не успевают или сил не хватает. Но больше всего было радости, когда у детей все получалось и они были первыми.

На заключительном этапе был сделан качественный анализ полученных данных. Данный анализ производился по критерию Т – Вилькоксона. Этот критерий применяется для оценки различных экспериментальных данных полученных в двух разных условиях на одной и той же выборке. Он позволяет выявить не только направленность изменений, но и их выраженность.

Критерий Т – Вилкоксона основан на ранжировании абсолютных величин различными между двумя рядами выборочных значений, то есть «до» и «после» воздействия.

После вычисления трёх экспериментальных данных («до» и «после») мы получили следующие результаты:

Проведение методики	Критическое значение для $p < 0,01$	Критическое значение для $p < 0,05$ =151	Эмпирическое значение	Какая гипотеза принимается
1 раз	120	151	106,5	H1
2 раз	120	151	108	H1
3 раз	120	151	98	H1

Таблица 4. Сравнение результатов по Т – критерию Вилкоксона по Методике «Паровозик».

Как видно из таблицы 4, во всех трёх случаях принимается гипотеза H1 – есть различия. Это говорит о том, что после каждого раза, как мы проводили игры, между «до» и «после» была разница, то есть было улучшение.

На основании выше сказанного, мы можем предположить, что такие результаты получились в связи с тем, что игра является ведущим видом деятельности у детей дошкольного возраста, и она играет большую роль в их воспитании и развитии. Почти всё свое время ребёнок проводит в игре. Игра позволяет ему узнать что-то новое, научиться тому, чего он раньше не умел, увидеть или сделать то, что не всегда можно увидеть в реальном мире. Игра имеет большое влияние на эмоциональную сферу детей. Она позволяет ребёнку развивать разные эмоции, помогает улучшить настроение, переключиться от плохого состояния в хорошее.

Проделав эту работу, мы увидели, что после проведения игр настроения детей улучшалось, их эмоциональный фон переходил из негативного в положительное. Отсюда, мы можем сделать вывод, что использование специально подобранных игр может положительно повлиять на эмоциональное состояние детей и поднять их настроение.

#### **Библиографический список:**

1. Анцупов А. Я. Словарь конфликтолога / Анцупов А. Я., Шипилов А. И. – М.: Эксмо, 2009. – 526 с.
2. Гаврилова И. Ю. Роль подвижных игр в развитии и воспитании детей // Педагогическое мастерство и педагогические технологии. – 2015. – Т.2, № 4(6). – С. 38-39.
3. Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: учеб. – метод. пособие // С. В. Велиева. – СПб: Речь, 2005. – 240 с.
4. Егоровская Н. Ю. Роль подвижной игры в жизни современного дошкольника / Н. Ю. Егоровская // Духовные ценности в воспитании и образовании детей и молодежи: конф. – М, 2014. – С. 138-143.
5. Житная И. В. Развитие эмоционального интеллекта в дошкольном возрасте как предпосылка позитивной социализации ребёнка // Воспитание и обучение детей младшего возраста. – 2016. – №5. – С. 597-598.

6. Лебедева В. В. Роль игры в жизни дошкольников / В. В. Лебедева // Сборники конференций НИЦ Социосфера. – 2014. – №21. – С. 43-45.
7. Моница Г. Б. Игры – приветствия для хорошего настроения / Г. Б. Моница, Е. К. Лютова-Робертс. – СПб: Речь, 2011. – 25 с.
8. Особенности и средства развития эмоциональной сферы дошкольников: учеб. пособие / М. В. Ермолаева, И. Г. Ерофеева. – М.: МПСИ, 2012. – С. 21-42.
9. Полякова А. И. Игротерапия в дошкольном образовании / А. И. Полякова, М. П. Тырина // Новая наука: от идеи к результату. – 2016. – №11-3. – С. 86-88.
10. Полянская Т. Б. Игры и стихи для развития эмоциональной сферы младших дошкольников / Т. Б. Полянская. – СПб: Детство-Пресс, 2011. – 96 с.
11. Савичева О. В. Комплекс игр для развития общения дошкольника // Международный студенческий научный вестник. – 2017. – №4-3. – С. 318-321.
12. Смирнова Е. О. Типология игры в зарубежной и отечественной психологии // Современная зарубежная психология. – 2014. – Т.3. – №4. – С. 5-17.
13. Филиппов А. В. Тысяча состояний души. Краткий психолого-филологический словарь / А. В. Филиппов, Н. Н. Романова, Т. В. Летягова. – М.:Флинта, 2011. – 401с.