

«Эмоционально-волевая готовность к школе»

В психологической готовности к школе все стороны переплетены, смешаны. Выделение какого-то одного аспекта производится условно, в целях учебного анализа. Так, эмоционально-волевая готовность пронизывает все стороны готовности. Ребенка ждет напряженный труд, от него потребуется делать не то, что хочется, а то, чего требуют учитель, дисциплина, режим, программа.

Эмоционально-волевая готовность ребёнка к обучению в школе заключается в том, что ребёнок в состоянии управлять своим поведением и эмоциями, своей памятью, вниманием, мышлением, следить за своей речью, вовремя подключать воображение, действовать по инструкции взрослого, умеет сосредотачиваться, и т.д. В психологии это называется «произвольным поведением». Будущий школьник должен уметь преодолевать трудности и стремиться к достижению намеченной цели. В школе придётся слушать учителя не независимо от того, интересную ли информацию он сейчас излагает, для этого ребёнок должен подключать усилия воли. Также при обучении в школе ребёнку необходимо выполнить домашнее задание, не смотря на то, что сейчас очень хочется погулять.

Произвольность в поведении ребенка проявляется в преднамеренном заучивании стихотворения, в способности преодолеть непосредственное желание, отказаться от привлекательного занятия, игры ради выполнения поручения взрослого, общественного поручения, оказания помощи маме, а также в способности преодолеть боязнь (войти в темную комнату, в кабинет стоматолога и т.д.), преодолеть боль, не заплакать при обиде, ушибе.

Слабое развитие произвольного поведения проявляется в том, что ребенок:

- не слушает учителя на уроках, не выполняет заданий;
- не умеет работать по правилу;
- не умеет работать по образцу;
- нарушает дисциплину.

Нарушения эмоционально-волевой сферы чаще всего проявляются повышенной эмоциональной возбудимостью, повышенной истощаемостью нервной системы. В старшем дошкольном возрасте дети отличаются чрезмерной впечатлительностью, склонностью к страхам, причем у одних преобладают повышенная эмоциональная возбудимость, раздражительность, двигательная расторможенность, у других робость, застенчивость, заторможенность.

Повышенная эмоциональная возбудимость нередко сочетается с плаксивостью, раздражительностью, капризностью, реакциями протеста и отказа, которые значительно усиливаются в новой для ребенка обстановке, а также при утомлении.

Условно можно выделить **три** наиболее выраженные **группы** так называемых трудных детей, имеющих проблемы в эмоциональной сфере:

- ***Агрессивные дети.***

Безусловно, в жизни каждого ребенка бывали случаи, когда он проявлял агрессию, но выделяя данную группу, обращается внимание на степень проявления агрессивной реакции, длительность действия и характер возможных причин, порой неявных, вызвавших аффективное поведение.

- ***Эмоционально - расторможенные дети.***

Эти дети на все реагируют слишком бурно: если они выражают восторг, то в результате своего экспрессивного поведения заводят всю группу, если они страдают - их плач и стоны будут слишком громкими и вызывающими.

- ***Тревожные дети.***

Они стесняются громко и явно выразить свои эмоции, тихо переживают свои проблемы, боясь обратить на себя внимание.

К основным факторам, влияющим на эмоционально-волевые нарушения, относятся:

1. природные особенности (тип темперамента)
2. социальные факторы:
 - тип семейного воспитания;
 - отношение учителя;
 - отношения окружающих.

Дети с нарушением эмоционально-волевой сферы отличаются частыми проявлениями беспокойства и тревоги, а также большим количеством страхов, причем страхи и тревога возникают в тех ситуациях, в которых ребенку, казалось бы, ничего не грозит. Тревожные дети отличаются особой чувствительностью, мнительностью и впечатлительностью. Также дети нередко характеризуются низкой самооценкой, в связи с чем у них возникает ожидание неблагополучия со стороны окружающих. Это характерно для тех детей, чьи родители ставят перед ними непосильные задачи, требуя того, что дети выполнить не в состоянии.

Причины нарушения эмоционального неблагополучия детей:

- несогласованность требований к ребенку дома и в детском саду;
- нарушение режима дня;
- избыток информации, получаемой ребенком (интеллектуальные перегрузки);

Как развивать волю будущего школьника?

1. Полезно, если ребенок заранее привыкнет к смене деятельности — например, спокойная работа за столом будет чередоваться с подвижными играми (особенно важно это для возбудимых, подвижных детей). Так им будет легче сдерживать свой порыв встать и побегать посреди занятия, ведь они будут знать, что для этого есть специальное «шумное время».

2. Объемные задания пугают ребенка, подавляют его, поэтому он часто теряет уверенность в себе, сомневается в возможности достижения положительного результата. Именно поэтому лучше, давая ребенку объемное задание, членить его на численно и содержательно обозримые этапы с промежуточным контролем и напоминанием о способах действия и конечной цели. Это повышает общую целенаправленность действий, формирует умение самостоятельно и последовательно контролировать себя.

3. Неудача в достижении цели может лишить ребенка стимула; если же ему сопутствует успех, то он стремится довести работу до конца, преодолевая возникающие трудности. Успех закрепляет в нем мотивацию достижения. Именно поэтому все руководства по воспитанию дошкольника рекомендуют очень осторожно указывать ребенку на неудачи и ошибки.

4. В целом старшие дошкольники уже могут подчинять свое поведение наиболее значимому (часто — социально одобряемому) мотиву. Но если деятельность сложна и длительна, ребенок помнит о цели только в присутствии организующего его поведение взрослого. Все учителя, работающие с 6-летками, знают, что дети начнут отвлекаться и перестанут выполнять такое задание, если взрослый выйдет из класса. Именно взрослый — организатор мотивации и волевого поведения ребенка, определяющих целенаправленность.

5. Как ни странно, развить волевые качества поможет игра.

- Только игра особая — по правилам (от примитивных «ходилок» с кубиком до шахмат, домино и пр.). Ведь именно такие игры учат спокойно дожидаться своего хода, с достоинством проигрывать, выстраивать свою стратегию и при этом учитывать постоянно меняющиеся обстоятельства и др.

- Сюжетно-ролевая игра, в частности в «Школу», где Вы, взяв на себя роль учителя, будете давать несложные, но скучные на первый взгляд

задания, например, рисование палочек или крючочков в тетради, обвести трафареты, посчитать в прямом и обратном порядке, решить задачку и т.д. В игре дети лучше всего включают свои волевые процессы. Ребенок, не имевший в своей жизни опыта сюжетно-ролевых игр с четким исполнением роли, может на первых порах испытывать затруднения в точном исполнении всех предписаний учителя как относительно прилежания, так и относительно дисциплины.

6. Несложные задания, которые ребёнок будет выполнять по инструкции. Например, взять карандаш или фломастер определённого цвета, открыть книгу на нужной странице, отступить от края страницы три клеточки вниз и пять клеточек справа и т.д.

7. Дидактические игры с чёткими правилами и чёткой инструкцией, конструирование по образцу и по схеме, пересказ сказок или рассказов по схематическому плану и пр.

8. Становлению произвольности поведения способствует система специально разработанных заданий на сравнение с образцом. Важно отметить, что распространенные сегодня игры-пазлы не всегда учат ребенка работать по образцу. Все зависит от того, как их собирать. Если сначала анализируется цветовая гамма рисунка, выделяется фон, осуществляется первичная группировка элементов, то такая работа способствует развитию умения работать с образцом. Но если картинка собирается методом проб и ошибок, то есть, если ребенок наугад пробует один за другим элементы, какой с каким состыкуется, то такой способ работы не приводит к умению работать с образцом.

9. **«Следуй инструкции»** (очень полезное упражнение для развития умения слушать инструкции и следовать ей).

В игре принимают участие 2 человека. Один из участников игры строит что-нибудь за ширмой из строительного материала, а затем даёт указания второму участнику, который, не видя постройки, должен сделать точно такую же. Конечно, сначала роль инструктора Вы должны взять на себя и своим примером научить ребёнка правильно давать инструкции. Например: «Возьми синий кубик и красный кирпичик. Будем строить домик. Кладу рядом два кирпичика на широкую сторону, затем, на них ставлю по 2 кубика... и т.д.». После этого участники игры меняются ролями. Здесь Вы тоже будете обучать ребёнка задавать уточняющие вопросы: «На какую сторону ставить кирпичик? На каком расстоянии? И т.д.».

10. Задание № 1. «Домик»

Попробуйте определить способность ребенка копировать сложный образец (методика Н.И. Гуткиной «Домик») позволяет выявить умение ребенка следовать правилам, ориентироваться на образец, точно его копировать, определить особенности развития произвольного внимания, пространственного восприятия, сенсомоторной координации и тонкой моторики руки.

Объясните малышу: «Вот тебе лист и ручка. Нарисуй точно такую картинку, как на этом листе. Если ты что-то нарисуешь не так, не стирай, а нарисуй поверх или рядом правильный вариант».



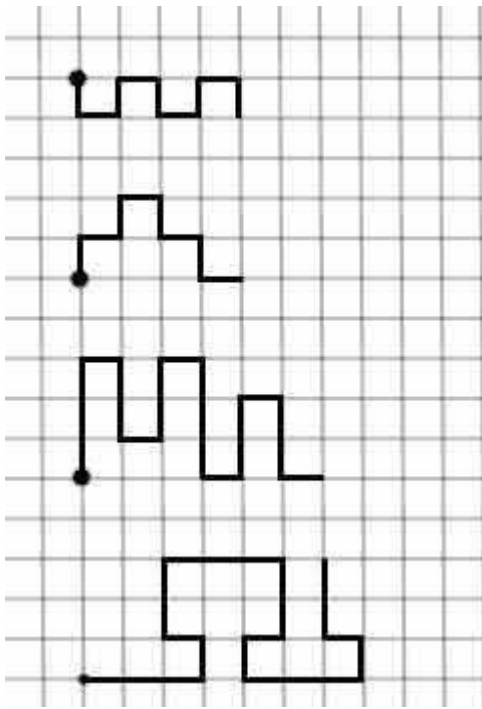
Задание № 2. «Графический диктант»

Методика «Графический диктант» Д. Б. Эльконина предназначена для исследования ориентации в пространстве. Такая тренировка привьет ребенку умение внимательно слушать и точно выполнять указания взрослого. Дайте ребенку тетрадный лист с точками.

«Мы будем рисовать разные узоры. Внимательно слушай меня, я буду говорить, на сколько клеточек и в какую сторону ты должен проводить линию. Проводишь только ту линию, которую я скажу».

Обязательно вспомните вместе с малышом: где у него правая рука – там право, где левая – там лево.

«Начинаем рисовать первый узор. Поставь карандаш на самую верхнюю точку. Внимание! Рисуем линию: одна клеточка вниз. Не отрываем карандаш от бумаги. Теперь одна клеточка вправо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Дальше продолжай рисовать узор сам». Теперь проверьте результат.



- 4 балла – точное воспроизведение узора (неровность линии, «грязь» не учитываются);
- 3 балла – воспроизведение, содержащее ошибку в одной линии;
- 2 балла – воспроизведение, содержащее несколько ошибок;
- 1 балл – воспроизведение, в котором имеется лишь сходство отдельных элементов с узором;
- 0 баллов – отсутствие сходства.

Задание № 3. Методика «Определения уровня саморегуляции»

Ребёнку предлагается задание: «На этом листе дан образец написания палочек:

|—||—||—| и т.д.

Продолжи написание палочек, соблюдая следующие правила:

пиши палочки и черточки в такой же последовательности;

правильно переноси их с одной строчки на другую;

не пиши на полях;

пиши не в каждой строчке, а через одну».

Время выполнения задания 5 минут.

Анализ проводится по следующим критериям:

5 баллов – ребенок воспринимает задание полностью и во всех компонентах сохраняет его до конца занятия; работает, не отвлекаясь, примерно в одинаковом темпе на протяжении всего времени; если допускает ошибки, то сам их находит и исправляет; не спешит сдать работу после сигнала,

стремится проверить ее, делает все возможное, чтобы работа была выполнена правильно и аккуратно.

4 балла – по ходу работы ребёнок допускает немногочисленные ошибки, но не замечает и не устраняет их; качество работы, ее оформление его не заботит, хотя желание получить хороший результат есть.

3 балла – ребенок воспринимает лишь часть задания, но и ее не может сохранить до конца в полном объеме; постепенно (примерно через 2-3 минуты) система знаков нарушается, допускаются ошибки, он не замечает их, не проявляет желания улучшить качество работы; к результату работы безразличен.

2 балла – ребенок воспринимает лишь небольшую часть задания, но сразу ее теряет и пишет палочки и строчки в случайном порядке; ошибки не замечает и не исправляет, к качеству работы безразличен.

1 балл — ребенок не воспринимает задания и пишет (или рисует) на своем листе что-то свое или ничего не делает.

Как развивать эмоциональную сферу будущего школьника?

1. познакомить ребёнка с эмоциями: радостью, горем, гневом, страхом, удивлением;
2. научить детей: различать эмоции по схематическим изображениям;
3. понимать свои чувства и чувства других людей и рассказывать об этом;
4. передавать заданное эмоциональное состояние, используя различные выразительные средства;
5. переключаться с одного эмоционального состояния в противоположное.

Игры для родителей на развитие эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста

1. "Тренируем эмоции"

Попросите ребенка нахмуриться - как:

- осенняя туча,
- рассерженный человек,
- злая волшебница.

улыбнуться, как:

- кот на солнце,
- само солнце,
- как Буратино,

- как хитрая лиса,
- как радостный ребенок,
- как будто ты увидел чудо.

позлись, как:

- ребенок, у которого отняли мороженое,
- два барана на мосту,
- как человек, которого ударили.

испугайся, как:

- ребенок, потерявшийся в лесу,
- заяц, увидевший волка,
- котенок, на которого лает собака.

устань, как:

- папа после работы,
- муравей, поднявший тяжелый груз,

отдохни, как:

- турист, снявший тяжелый рюкзак,
- ребенок, который много потрудился, но помог маме,
- как уставший воин после победы.

2. «Тренируем эмоции»

Цель: Научиться понимать эмоции других, выражать собственные эмоции и чувства.

Взрослый предлагает ребенку (или группе детей) потренироваться в выражении не только самих эмоций, но и их оттенков, которые могут быть присущи отдельным людям, сказочным героям, животным.

1. Радость.

Улыбнись, пожалуйста, как: кот на солнышке; само солнышко; хитрая лиса; довольный ребенок; счастливая мама.

2. Гнев.

Покажи, как рассердились: ребенок, у которого отобрали игрушку; Буратино, когда его наказала Мальвина; два барана на мосту.

3. Испуг.

Покажи, как испугались: заяц, который увидел волка; котенок, на которого лает собака.

3. «Лото настроений»

Цель. Развитие умения понимать эмоции других людей и выражать собственные эмоции.

На столе раскладываются картинкой вниз схематичные изображения эмоций. Ребенок берет одну карточку, не показывая ее никому. Затем ребенок должен узнать эмоцию и изобразить ее с помощью мимики,

пантомимики, голосовых интонаций. Остальные отгадывают изображенную эмоцию.

3. «Уходи, злость, уходи»

Цель. Обучение выплескиванию негативных эмоций, формирование навыка регуляции эмоционального состояния.

Ребенок ложится на ковер, вокруг него лежат подушки. Закрыв глаза, они начинают со всей силы колотить ногами по полу, а руками — по подушкам и громко кричать: «Уходи, злость, уходи!»

Через три минуты дети по сигналу взрослого ложатся в позу звезды, широко раздвинув руки и ноги, и спокойно лежат, слушая спокойную музыку.

5. «Необычное сражение»

Цель. Снижение эмоционального и мышечного напряжения.

Дети по команде ведущего начинают «необычное сражение». Играющие рвут газетную бумагу, и кидают их друг в друга, издавая победные кличи, стараясь попасть по различным частям тела.

6. «Повтори движения»

Цель: развитие умения контролировать свои действия, подчиняясь указаниям взрослого.

Ребенок, слушая взрослого, должен выполнять движения, если услышит название игрушки – должен хлопнуть, если название посуды – топнуть, если название одежды – присесть.

7. «Час тишины – час можно»

Цель. Развитие умения регулировать свое состояние и поведение.

Договоритесь с ребенком, что иногда, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребенок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час «можно», когда ребенку разрешается делать все: прыгать, кричать, брать мамин наряды и папины инструменты, обнимать родителей, висеть на них, задавать вопросы и др. Эти часы можно чередовать, можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в семье.

8. «Молчание»

Цель. Развитие умения контролировать свои эмоции, управлять своим поведением.

Играющие садятся в кружок и молчат, они не должны ни двигаться, ни разговаривать. Ведущий ходит по кругу, задает вопросы, выполняет нелепые

движения. Сидящие должны повторять все, что он делает, но без смеха и слов. Кто нарушит правила — водит.

9. «ДА и НЕТ»

Цель. Развитие умения контролировать импульсивные действия.

При ответе на вопросы слова «ДА» и «НЕТ» говорить нельзя. Можно использовать любые другие ответы.

Ты девочка?	Соль сладкая?
Птицы летают?	Гуси мяукают?
Сейчас зима?	Кошка – это птица?
Мячик квадратный?	Зимой шуба греет? и т.д.

10. "Рисуем настроение"

Это задание очень многогранно по своим целям и способам воплощения. Вот некоторые варианты заданий:

Выполнение рисунка на тему: "Мое настроение сейчас".

Каждый рисует эмоцию, какую он хочет. После выполнения задания дети обсуждают, какое настроение пытался передать автор.

Каждый ребенок вытягивает карточку с той или иной эмоцией, которую он должен изобразить.

Рисунки могут быть сюжетные ("нарисуй Бармалея, от которого сбежали все игрушки, или ситуацию из твоей жизни, когда ты очень удивился"), так и абстрактные, когда настроение передается через цвет, характер линий (плавные или угловатые, размашистые или мелкие, широкие или тонкие и пр.), композицию различных элементов. Последние ("абстрактные рисунки") в большей степени способствуют отреагированию отрицательных эмоций (страха, напряжения), развитию воображения, самовыражения.

Упражнения для расширения эмоционального словарного запаса.

1. **Рассматривание картинки и картины, где изображены люди, лица, отгадываем и называем, какое настроение у этого человека, предполагаем, почему оно такое.**

Словарь: веселое, хорошее, сердитое, плохое, печальное, угрюмое, подавленное.

2. **Пытаемся определить и назвать какое выражение глаз.**

Словарь: насмешливое, хитрое, озорное, бесшабашное, печальное, обиженное, злое, злобное, безумное, испуганное, жалкое, умоляющее, просящее, жалостливое.

3. Подобрать слова к картинке, на которой изображены веселящиеся дети.

Словарь: радость, веселье, праздник, восторг, ликование.

4. Подбираем слова к картине с печальным сюжетом.

Словарь: грусть, тоска, печаль, уныние, горе, хандра.