



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ ПОДГОТОВКИ УЧИТЕЛЕЙ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
КАФЕДРА ПЕДАГОГИКИ, ПСИХОЛОГИИ И ПРЕДМЕТНЫХ
МЕТОДИК**

Тема выпускной квалификационной работы

**ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

**Выпускная квалификационная работа
по направлению**

**44.03.05 Педагогическое образование, направленность: Начальное
образование. Дошкольное образование»**

Проверка на объем заимствований:
83,54 % авторского текста

Работа рекомендована к защите
рекомендована/не рекомендована

« 14 » 06 20 18 г.
зав. кафедрой П.П.П.П.
(название кафедры)

Валентина С.Ю. ФИО

Выполнила:

Студентка группы ОФ-508/ 072-5-1

Фамилия Имя Отчество

Шустова Виктория Сергеевна

Научный руководитель:

доктор педагогических наук,

профессор

зав.кафедрой

Волчегорская Евгения Юрьевна

Челябинск 2018

Содержание

Введение	3
ГЛАВА I. Проблема формирования эмоциональной сферы младших школьников в психолого-педагогической литературе	6
1.1.Специфика формирования эмоциональной сферы младших школьников в литературе.....	6
1.2.Гендерные особенности развития младших школьников	21
Выводы по I главе.....	36
Глава II. Практические аспекты исследования.....	38
2.1.Задачи и содержание эмпирического исследования.....	38
2.2.Программа внеурочной деятельности для учащихся 4-х классов, направленная на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.....	43
Выводы по Главе II.....	53
Заключение	54
Библиографический список	57
Приложения.....	64

Введение

В современном мире происходит столкновение полов. Стираются грани между женским и мужским полом. Из истории нашей страны можно вспомнить, что роли между мужчиной и женщиной всегда разграничивались, так например: мужчина добывал добычу и защищал свою семью, а женщина была хранительницей очага, а также занималась семейным воспитанием детей. Сейчас все роли между полами перемешались, женщины стали значительно больше работать, обеспечивать свою семью и др. Для предотвращения данной проблемы, многие учёные предлагают ввести в школы гендерное обучение, которое может осуществлять образовательную деятельность на основе различий и особенностей, психофизиологических возможностях ребенка.

В младшем школьном возрасте, как и в дошкольном большую роль играет эмоциональная сфера детей. Именно через эмоции, наиболее ярко выражаются гендерные различия полов.

Данной актуальной темой занимались как зарубежные (Ж.Ж. Руссо, И. Кант, Ф. Шлегель, М. Мид, Х. Томпсон, Ш. Берн и др.), так и отечественные ученые (К.Д. Ушинский, А.С. Макаренко, П.П. Блонский, В.А. Сухомлинский, В.Г. Белинский и др.). Из современных исследователей можно назвать таких как Е.П. Ильин, К.В. Шуршин, О. Воронина, В.С. Мухина, Л.М. Бредихина, И.С. Клёцина и др.

Актуальность проблемы также подтверждается Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования. В документе прописаны задачи, в которых указывается учет индивидуальных особенностей детей. При этом учитывается, что мальчики и девочки различны по физиологическим и психологическим особенностям. Таким образом, гендерное обучение способствует выполнению требований ФГОС НОО.

Однако, несмотря на существенный интерес исследователей к

проблеме гендерных особенностей эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста, а также накопленный к настоящему времени опыт, проблема выявления и учета гендерных особенностей эмоциональной сферы детей младшего возраста, по-прежнему остается слабо разработанной.

Актуальность проблемы повлекла за собой выявление **противоречия** между потребностью в методическом обеспечении процесса учета гендерных особенностей эмоциональной сферы детей младшего возраста и недостаточной методической разработанностью способов формирования эмоциональной сферы младших школьников с учетом гендерных особенностей, адаптированных к использованию в современных условиях образовательного процесса начальной школы.

Анализ актуальности и противоречий определили **проблему исследования**: каким должно быть содержание работы, направленной на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Актуальность, значимость и недостаточная разработанность рассматриваемой проблемы определили выбор **темы исследования**: «Гендерные особенности эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста».

Объект исследования – процесс развития эмоциональной сферы младших школьников.

Предмет исследования – гендерные особенности эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста

Цель исследования – выявить гендерные особенности эмоциональной сферы детей младшего школьного возраста и разработать программу внеурочной деятельности для учащихся 4 классов, направленную на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Задачи исследования:

1. Проанализировать специфику формирования эмоциональной сферы

младших школьников.

2. Рассмотреть гендерные особенности формирования эмоциональной сферы младших школьников.

3. Выявить уровень эмоционального состояния учащихся с учетом гендерных особенностей

4. Разработать программу внеурочной деятельности для учащихся 4 классов, направленную на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Экспериментальная база исследования: МКОУ «СОШ № 44» г. Миасса. В эксперименте принимали участие учащиеся 4 класса в количестве 33 человек.

Практическая значимость исследования: разработанная нами программа внеурочной деятельности, направленная на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей, могут быть использованы учителем начальных классов.

Методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы по проблеме; изучение документации, констатирующий эксперимент.

ГЛАВА I. Проблема формирования эмоциональной сферы младших школьников в психолого-педагогической литературе

1.1. Специфика формирования эмоциональной сферы младших школьников в литературе

Эмоциональная сфера ребенка играет большую роль в жизни и развитии личности. Через эмоции познается окружающий мир, если человек радостный, то он склонен воспринимать мир через самые яркие цвета, а испуганный человек видит лишь объекты, которые вызывают негативные эмоции. Ученые называют такое явление, как эффект суженного зрения. Также эмоциональные факторы влияют и на память. В памяти оставляют след те эмоции, которые вызвали яркие чувства, и наоборот чувство тревоги. Эмоции являются главной чертой личности.

Связывая эмоции с творчеством, можно основываться на том, что психология творческого человека зависит от эмоциональной сферы личности. Эмоция обладает способностью подбирать впечатления или образы, которые созвучны тому настроению, которое владеет нами в данную минуту. Эмоции существенно оказывают влияние на процесс деятельности. Как форма проявления потребностей личности эмоции выступают в качестве внутренних побуждений к деятельности. Эти внутренние побуждения, выражающиеся в чувствах, обусловлены реальными отношениями индивида к окружающему его миру [26, с.30-32]. Если все происходящее у человека вызывает эмоции, то особенно тесной является действенная связь между эмоциями человека и его собственной деятельностью. Это связь взаимная: с одной стороны, ход и исход человеческой деятельности вызывают обычно у человека те или иные чувства, с другой – чувства человека, его эмоциональные состояния влияют на его деятельность. Эмоции не только обуславливают деятельность, но и обуславливаются ею [10, с.247-248].

А что же такое эмоция? Слово «эмоции» происходит от латинского

emovere в переводе означает – возбуждать, волновать. Энциклопедия Кругосвет трактует данное понятие так: эмоция (от лат. «emotion» – волнение) – это различные психические явления, выражающие в форме непосредственных переживаний значимость для индивида тех или иных предметов и ситуаций и являющиеся важным фактором регуляции его жизнедеятельности[66]. Эмоция определялась как «состояние, регулирующее телесные действия» (Б. Спиноза); «особое состояние сознания»; «любое переживание сильного чувства, обычно сопровождаемое соматическими изменениями» (Н. Е. Миллер, 1948). Термин эмоции определяется следующим образом: это обширный класс процессов внутренней регуляции психической деятельности [26, с.4-5].

Российский энциклопедический словарь понятие «эмоции» трактует, так – «это реакции человека и животных на воздействие внешних и внутренних факторов, имеющие ярко выраженную окраску и затрагивающие все виды чувствительности» [7].

Психологический словарь рассматривает понятие «эмоции» следующим образом: особая форма психических процессов связанных с инстинктами, потребностями и мотивами, которые отражаются в форме переживаний [23,с. 820].

Эмоции – это физиологические состояние человека, выражающие состояние организма от высоких чувств до глубоких переживаний [41,с.13-14]. Эмоции подразделяются на два вида:

- врожденные, это те эмоции, которые приобретаются ребенком в утробе матери, формируются на непроизвольном уровне;
- приобретенные, возникшие во время процесса жизнедеятельности, в социуме.

Большинство исследователей проблемы эмоций, независимо от теоретического направления, считали, что целостное определение эмоций должно принимать во внимание три аспекта:

- переживание ощущения эмоции, которое является относительно субъективным;
- наличие физиологической активации процессов, происходящих в нервной, эндокринной, дыхательной и других системах организма;
- фиксацию выразительных комплексов эмоций, подающихся наблюдению [15, с. 180].

Эмоции – это субъективные реакции человека на воздействия внешних и внутренних раздражителей, отражающие в форме переживаний их личную значимость для субъекта и проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия [54, с. 527].

В книге «Эмоции человека» Кэррола Изарда понятие «эмоция» трактуется, как не простой феномен. Есть три аспекта, которые более точно раскрывают данное понятие:

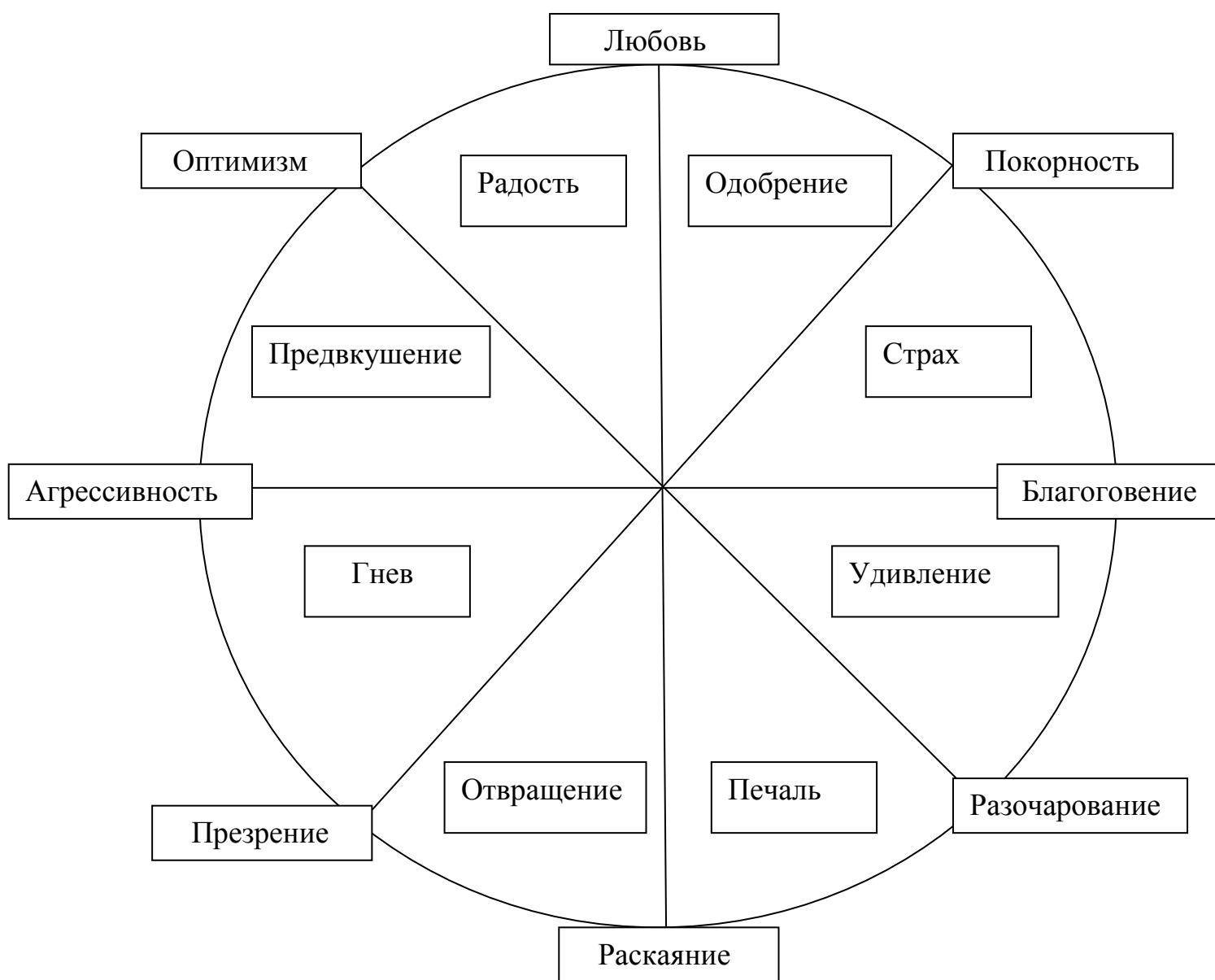
- переживаемое или осознаваемое ощущение;
- процессы, происходящие в нервной, эндокринной, дыхательной, пищеварительной и других системах организма;
- поддающиеся наблюдению выразительные комплексы эмоции, в частности те, которые отражаются на лице [25, с. 18].

Эмоции богаты многообразием. Человек может испытывать одновременно несколько эмоций: он может любить, восхищаться, сопереживать и т. д. В жизни эмоций столько, сколько различных ситуаций, в которых находится личность. Все эмоции можно объединить в четыре группы:

- 1) выражающие удовольствие (приятное переживание),
- 2) неудовольствие (неприятное переживание),
- 3) двойственное,
- 4) неопределенное отношение к действительности [24, с. 3].

Эмоции помогают открыть весь внутренний мир человека, но зачастую мы узнаем людей по их поступкам, которые контролируются эмоциями.

Для более глубокого изучения понятия «эмоция», мы рассмотрели классификации эмоциональной сферы. В психологии выделяются эмоции, чувства, аффекты, а также стресс, настроение и др. (А. Н. Леонтьев). Однако данная классификация не является однозначной. В своих работах С. Томпкинс выделяет первичные и вторичные эмоции. К ряду первичных эмоций относятся девять переживаний: страх, гнев, наслаждение, отвращение, интерес, удивление, презрение, стыд, горе. В сочетаниях первичные эмоции составляют вторичные. Р. Плутчик определяет эмоцию как реакцию организма, связанную с приспособительным процессом. Он выделили восемь основных эмоций: страх, гнев, радость, отвращение, предвкушение, удивление, печаль, одобрение. И показал, что они в различных комбинациях образуют вторичные эмоции. Предлагается модель, в которой демонстрируется, каким образом то или иное сочетание основных эмоций дает ту или иную вторичную эмоцию (см. рис.1) [26, с.36-37].



**Рис.1. Модель классификации основных и вторичных эмоций
(Р. Плутчик, 1984)**

Эмоции, как феномен очень сложен, который включает в себя нейрофизиологический, двигательно-экспрессивный и чувственные компоненты. На основе концепций развития эмоций, выделяются характеристики эмоциональной сферы:

- эмоции обладают функциями приспособления к окружающему миру, которые развиваются в ходе становления общества;
- эмоции организуют психологические процессы;

- эмоциональные выражения человека являются осознанием себя, как индивидуальности;
- осознание своих эмоциональных переживаний появляется не с появлением ребенка на свет, а развивается во время общения со взрослыми и сверстниками;
- эмоция заинтересованности является врожденной базовой эмоцией, которая является преобладающей эмоцией в текущей жизни ребенка [39, с.77-78].

Мы часто сталкиваемся с различными проявлениями эмоций в окружающем нас мире. С эмоциями во взаимосвязи тесно проходят и чувства личности. Но чувства это более глубокое переживание человека, они длительнее и устойчивее. Особенной характеристикой чувств является, что они более контролируемые, чем эмоции. Чувства возникают при наличии определенного уровня интеллекта [41, с.22-25].

В психолого-педагогической литературе выделяют нравственные чувства, интеллектуальные и эстетические. Эмоции и чувства представляют собой в действительности эмоциональные переживания.

Проанализировав литературу можно сделать вывод о том, что эмоции человека играют не малую роль в становлении и развитии личности. Между эмоциями и психическими процессами человека проходит тесная связь, а именно психические процессы подразделяются на познавательные, волевые и эмоциональные (см. рис.2).

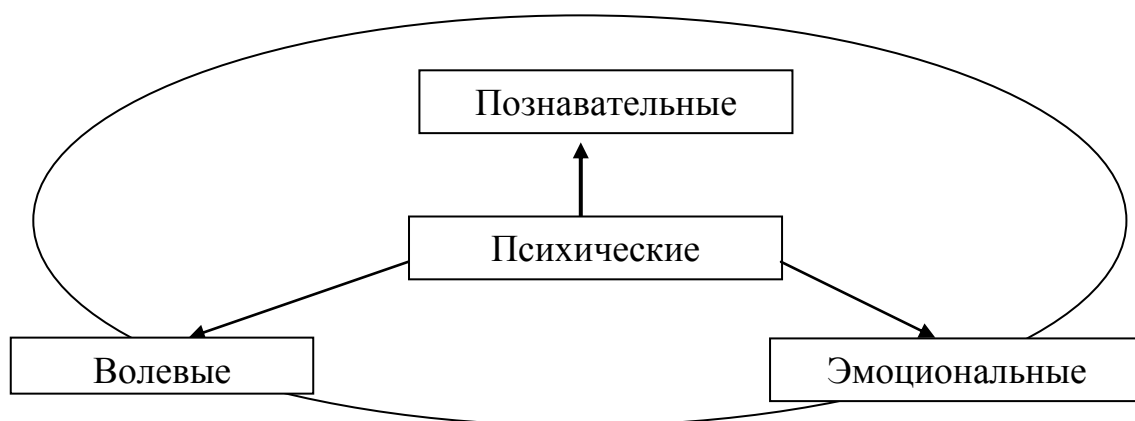


Рис. 2 Психические процессы

Разделение на данные группы условное, так как все психические явления взаимосвязаны между собой [50, с. 40].

Эмоции сопровождают нашу жизнь с самого рождения и до старости, в связи с разными возрастными периодами развития человека эмоциональная сфера протекает по-особенному, в каждом возрастном этапе есть свои новообразования. Так, например, И.А. Сикорский в своей книге «Воспитание в возрасте первого детства» писал, что у детей раньше раскрываются чувства и аффекты, чем другие психические процессы (например, воля, рассудок), и в известную пору составляют самую выдающуюся сторону их душевной жизни [33, с. 6]. В дошкольном возрасте закладываются основы эмоциональной отзывчивости, также дети очень импульсивны, начинает формироваться самооценка, самолюбие и др.[56, с. 75].

Младших школьников отличает эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все необычное и яркое. Например, дети лучше воспринимают материал, когда учитель использует метод наглядности. Яркие иллюстрации, схемы с рисунками и др. В то же время младший школьный возраст – время развития произвольности. Ребенок может поставить перед собой цель и прилагать усилия для того, чтобы ее достичь [37,с.53]. В период от 11 до 19 лет происходит бурное развитие эмоций человека. Для подросткового возраста (от 11 до 14 лет) характерна резкая смена настроений и переживаний, повышенная возбудимость, импульсивность [32,с. 100].

Подробнее рассмотрим особенности развития эмоциональной сферы в младшем школьном возрасте. В данном возрасте дети подвержены переживанию, сопереживанию другим – взрослым и сверстникам. Дружеские отношения еще достаточно простые и ясные, но, тем не менее, дети многое осознают в своих отношениях. В младшем школьном возрасте детская любознательность становится более содержательной по сравнению с дошкольным детством, расширяется сфера интересующих проблем и явлений [34,с. 201].

Измена в сфере эмоций также зависит от смены ведущей деятельности. Ребенок развивается в деятельности. Нет деятельности – нет активной деятельности ребенка. Ребенок, переходя с одной возрастной ступени на другую, приобретает способность выполнения новых, более сложных действий, включается во все большее количество видов деятельности и, следовательно, более интенсивно развивается. Если в дошкольном детстве ведущей деятельностью являлась игровая, ребенок познавал окружающий мир через предметы, сюжетно-ролевые игры, а при переходе из детского учреждения в школу меняется деятельность на учебную. Ребенку тяжело адаптироваться, эта смена обстановки, другой мир общения. Это оказывает немало важное влияние на формирование новообразований в эмоциональной сфере [4]. Нельзя не учитывать тот факт, что при поступлении ребенка в начальную школу у него преобладает эмоциональный стресс, также, не осознавая этого учителя, провоцируют развитие стресса. Они требуют от учеников другого для них поведения, других критериев успеваемости, которые для детей пока не посильны. Не поощряемое взрослыми напряжение воли быстро утомляет как психологически, так и физически [11, с. 260].

Ребенок младшего школьного возраста находится в эмоциональной зависимости от учителя. Ему необходима потребность в эмоциональных впечатлениях и переживаниях. Приобретая новые знания, слушая истории об окружающем нас мире от педагога, ребенок не только воспринимает и получает знания, но и параллельно учится эмоционально-ценностному отношению к окружающей действительности. Новые возможности чувств ребенка младшего школьного возраста развиваются во время учебной деятельности [45, с. 35].

Значительная часть детей не посещают дошкольные учреждения, и им еще сложнее пройти период адаптации в первом классе. Основой успешной адаптации психологи считают готовность к обучению, включающей общее физическое состояние ребенка, также психологическая готовность, владению речью и познавательными навыками. Для младших школьников учебная

деятельность является ведущей. Ребенок в процессе познания и овладения знаниями, как субъект учебной деятельности сам развивается, приобретает новые способы анализа, обобщения [48,с. 290].

Школьная успеваемость является важным критерием оценки ребенка, как личности со стороны взрослых и сверстников. Статус отличника или неуспевающего отражается на самооценке ребенка, его самоуважении и самопринятии. Успешная учеба, осознание своих способностей и умений качественно выполнять различные задания приводят к становлению чувства компетентности — нового аспекта самосознания, который, наряду с теоретическим рефлексивным мышлением, можно считать центральным новообразованием младшего школьного возраста. Если чувства компетентности в учебной деятельности не формируется, у ребенка снижается самооценка и возникает чувство неполноценности [36,с. 139].

Младший школьник проявляет больше спокойствия и выдержки, чем подросток. Но все-таки характерным для младшего школьного возраста является недостаточное умение управлять своими чувствами, сдерживать или не показывать их. Чувства обычно ярко проявляются в речи ребенка, мимике и пантомимике, в плаче или смехе. Переломным моментом западные психологи считают 9 лет: тогда начинают использоваться различные приемы волевого торможения. Появляется умение владеть своими чувствами. Младший школьник пытается скрыть чувство стыда или сдержать гнев. Агрессивность больше выражается в словесной форме, ребенок не столько дерется, сколько грубит и дразнит [37,с.54].

Если взрослые могут скрыть свое переживание, не показывая этого окружающим их людям, то младшие школьники еще не могут сдерживать свои эмоции, когда ребенок огорчен или возмущен, или когда ему рассказали радостную новость, все эмоции выражаются в первую очередь с помощью мимики и жестов. Это объясняется недостаточным развитием у детей младшего школьного возраста тормозных процессов в коре головного мозга. Кора больших полушарий мозга еще недостаточно регулирует деятельность

подкорки, с которой связаны простейшие чувства и их внешние проявления - смех, слезы и т. п. [52, с.2].

Ребенок дошкольного возраста может иногда сдерживать слёзы, не лезть в драку, но зачастую он проявляет экспрессивность и несдержанность. А ребенок в младшем школьном возрасте управляет своими эмоциями не много по-другому. Он становится более сдержанным, ответственным за свои поступки и действия. Это происходит в связи с тем, что младший школьник в процессе ознакомления с нормами поведения начинает овладевать ими. Он узнает, как вести себя в обществе, какие слова помогают в жизни выразить благодарность, вежливость и т.д. В этом возрасте у ребенка интенсивно формируются моральные чувства. Но для того, чтобы школьник мог сам определить, как ему поступить в определенной ситуации, ему нужно не только понять, но и прочувствовать, что нужно поступить именно так. Происходит узнавание младшим школьником и таких норм поведения, которые превращаются в какой-то своей части в его внутреннее требование к самому себе [11,с. 101].

Чувства и эмоции у детей отличаются наибольшей психологической открытостью и всплеском реакций на что-либо. Не полностью сформированные психологические процессы, такие как внимание, память и др., делает урок непродолжительным, требуется частое переключение внимания на другой вид деятельности. Вместе с этим у детей принятие решений, ответ на любой его интересующий вопрос, зависят от эмоций, которые управляют разумом школьника[19].

Обучение в начальной школе характеризуется изменением психологических процессов у ребенка. Его эмоции и переживания становятся более контролируемыми. Данный возраст отличается тем, что ребенок может спонтанно создавать что-то новое, необычное, происходит развитие уже имеющихся задатков. Ему проще выразить свои эмоции на бумаге, в жесте, чем в диалоге [1,с.30]. Для дальнейшего развития творческой личности, родителям и учителю рекомендуется не исключать эмоциональную

составляющую ребенка.

К моменту поступления ребенка в начальную школу у него уже имеется накопленный чувственно-эмоциональный опыт. Его дальнейшее неугасание способствует развитию творческой неординарной личности в обществе. Но многие образовательные программы не делают акцент на развитие и укрепление эмоциональных переживаний ребенка. Оценка успехов учащихся ориентирована на уровень знаний, почти забывая об эмоциональном опыте младшего школьника [49,с.123].

Многие ученые считают младший школьный возраст «эмоционально насыщенным». Крутецкий В.А. считает, что эмоционально жизненный опыт медленно перетекает из дошкольного детства в младший школьный возраст, но при этом свобода в дошкольном возрасте меняется на другие правила и нормы жизни, тем самым вызывая новые эмоциональные переживания [49,с.126].

Эмоциональные переживания приобретают обобщенный характер, развиваются высшие чувства - познавательные, нравственные, эстетические. Нравственные чувства в период учебного процесса детей с 1 по 4 класс, заметно обогащаются, становятся более определенными. В младшем школьном возрасте уже формируется чувство личности. Те правила и нормы поведения в социуме, позволяют ребенку перенять на себя в собственные поступки, а также появляются осознанные требования к самому себе [63,с. 200].

Развитие эмоциональной сферы в начальной школе напрямую зависит от взаимоотношения со сверстниками. В один класс дети приходят с разными характерами, с разным воспитанием, с разной культурой речевого и эмоционального общения. Для благоприятной и благополучной психологической среды, нужно избежать столкновения различных экспрессивных форм его проявления. Для преодоления агрессии, плаксивости и др., младший школьник должен почувствовать позитивные преобразования, это например, уровень его достижения в учебе, который

мотивирует ребенка к дальнейшему изучению нового материала. Если в данном возрасте ребенок уверен в своих возможностях, и он испытывает положительные эмоции во время учебного процесса, тогда и в следующие изменения в жизни ему будет легче преодолевать трудности [39,с.134].

Во время школьной жизни у ребенка развивается новая, сложная гамма чувств. Это чувство собственного достоинства, выражающее стремление не только к самоутверждению, но и к противоборству с другими людьми. Чувство ответственности, благодаря которому ребенок оценивает адекватно ситуацию и соответствует социальным нормам в обществе. Положительным качеством социального благополучия является доверие ребенка в общении, его проявление отражается в способности сопереживания.

Эмоционально благоприятное взаимодействие со сверстниками является одним из важных этапов развития эмоционального благополучия в младшем школьном возрасте [53,с.125]. Развитие общения со сверстниками приводит к открытию для них новой эмоции – это эмоциональная децентрация, т.е. способность воспринимать чужие эмоции и сопереживать другому человеку.

Для более подробного изучения влияния общения со сверстниками на эмоциональный мир ребенка, мы изучили исследование советского и белорусского психолога Коломинского Я.Л., которое показало, что отношение ребенка к друзьям и понимание дружбы имеют свою особенность на протяжении младшего школьного возраста. Для детей возраста 5-7 лет дружба является, с кем ребенок играет, с кем сидит за одной партой и т.д. Характеризуя своих друзей, они основываются на поведении друга («с ним хорошо и весело»). Между 8 – 11 годами друг для них, это тот, кто помогает, отзывается на их просьбы. Для них важна доброта, отзывчивость, самостоятельность и честность.

Проанализировав исследование можно сделать вывод, что взаимоотношения со сверстниками в любом возрасте имеет свой отклик, поскольку эмоциональная насыщенность связана с оценкой и признанием

его, как личности в целом. Поэтому неблагоприятное положение в классе детьми переживается очень тяжело и остро [11,с. 140].

В начальной школе многие учителя сталкиваются с так называемыми «трудными» детьми, которые имеют проблемы в эмоциональной сфере. Рассмотрим самые распространенные группы.

Агрессивные дети. Особая актуальность агрессивных детей возникает в возрасте 6-7 лет, это может быть связано с переходом в следующую ступень образования – начальная школа, а также подготовкой к кризису 7 лет. Поведение агрессивных детей, с которым сталкиваются педагоги, родители и сверстники оказывает влияние на становление личностных качеств ребенка, усвоение норм и правил поведения в обществе, и, конечно же, на развитие личности в целом[18].

Для коррекции работы с такими детьми можно реализовать условия, которые помогут предотвратить дальнейшего развития агрессии:

- ✓ социальные – это создание благоприятной среды для таких детей;
- ✓ психологические, которые включают мероприятия, оказывающие психологическую помощь;
- ✓ методические, включающие подбор форм и методов по работе с агрессивными детьми;
- ✓ кадровые, осуществление подбора педагогического персонала, повышение их квалификации по работе с агрессивными детьми, а также по работе с родителями;
- ✓ эмоционально – расторможенные дети, это те дети, которые слишком бурно реагируют на высказывания, ответы и т.д.[51,с. 96].

Для работы с такими детьми педагогу необходимо провести диагностики, включить в процесс обучения наблюдение, как метод, а также необходимо проводить беседы.

Застенчивые, чувствительные, тревожные дети. У таких детей ниже уровень успеваемости, так как меньше становится наглядно - образная память, скорость восприятия и переработки информации [16,с.56-59].

Таким образом, при работе и организации по подбору материала, форм и методов учитель должен учитывать не только физиологические нагрузки, но и психологические особенности детей.

Эмоциональное развитие ребенка в возрасте от 6 до 11 лет продолжает бурно развиваться. Эмоциональная выразительность набирает свою актуальность в младшем школьном возрасте: богатство мимики на лице, яркие и впечатлительные жесты. Отличительной чертой у детей младшего школьного возраста является эмоциональная восприимчивость, отзывчивость ребенка на всё яркое и необычное. Со временем ребенок становится более сдержанным при выражении своих эмоций. Школьник в этом возрасте умеет управлять своими эмоциями, он их умеет контролировать. Раскрываются новые общественные эмоции (сопереживание к кому - либо, чувство доверия, чувство ответственности) [11, с.266].

Свое возмущение и раздражение младший школьник выражает не в физической силе, а в словесной форме, он ругается, дразниться и т.д. Многие эмоциональные переживания взрослых школьнику еще непонятны.

Ученые выявили те возрастные периоды, в которые дети сами понимают и осознают степень выраженности эмоций, например, выражение смеха, правильно усваивается в возрасте 3-4 года, удивление и презрение не раньше 5-6 лет, с 7 лет младшие школьники правильно определяют гнев, в 9-10 лет – страх и ужас [64,с. 65]. Сохранение состояния переживания, злости, гнева может вызвать у младшего школьника агрессивное действие по отношению к обидчику, но драка наступает только тогда, когда осознаваемые правила поведения отбрасываются.

В младшем школьном возрасте выразительнее развивается разнообразие художественных переживаний. Впечатления от стихов, сказок, рассказов, музыкальных произведений, от театральных постановок у детей младшего школьного возраста глубокие и устойчивые. Они сами могут «дорисовывать» в своих фантазиях отдельные эпизоды из своей жизни [65,с.189].

Младшие школьники уже могут совершать некоторые социальные действия. Если ребенок дошкольного возраста просто драчлив или непослушный, то ребенок 9-11 лет при отрицательном социальном окружении может совершать поступки агрессивного характера, которые несут за собой негативное последствие. Это происходит при осознании недопустимости таких поступков и как следствие порождает стремление замаскировать их. Новые грани эмоций ребенка младшего школьного возраста развиваются в процессе учебной деятельности. Чувства, которые уже были у дошкольника, продолжают раскрываться в младшем школьном возрасте в общении со сверстниками и взрослыми, так как социальное окружение ребенка расширилось [52,с. 101-103].

Таким образом, эмоциональная жизнь младшего школьника в целом подчинена тем же закономерностям, что и эмоциональная жизнь взрослых людей. Но во время формирования личности психические процессы имеют существенные отличия. Как и у взрослых людей, эмоции ребенка соответствуют его потребностям и выражаются в различных видах деятельности. Все эмоциональные проявления оказывают влияние на развитие познавательных процессов, но, к сожалению, это не всегда учитывается во время учебного процесса, так как эмоциональный мир у каждого ребенка разнообразен, а коллективное обучение не всегда позволяет учитывать индивидуальные особенности ребенка. При наличии в классе детей с эмоциональными нарушениями осуществить высокую эффективность учебного процесса сложнее, так как эмоциональные нарушения оказывают влияние на успешность обучения [11, с.261].

Для результативности образовательного процесса в начальной школе, учителю поможет знание об особенностях эмоциональной сферы каждого ребенка младшего школьного возраста, а также знание о методиках арт-терапии, которые корректируют эмоциональные нарушения у детей [50,с.130].

1.2. Гендерные особенности развития младших школьников

Проблема различия полов актуальна в современном мире. Ученые активно изучают данную проблему, дисциплина, которая изучает, чем схожи, и чем отличаются мальчики и девочки называется гендерная психология. А что же такое гендер?

Изучив данное понятие, мы отобрали несколько определений. В учебном пособии «Гендерная психология» Т.В. Бендаса понятие «гендер» трактуется, таким образом, это социальный пол, пол как продукт культуры; употребляется в зарубежной психологии в четырех значениях:

- а) как противопоставление биологическому полу;
- б) как синоним пола;
- в) как расширительный термин для обозначения как биологических, так и социальных проявлений пола;
- г) как символ неравенства полов

Термин «гендер» указывает на социальный статус и социально – психологические характеристики личности, которые связаны с полом, но возникают во взаимодействии с другими людьми. Но многие сталкиваются с вопросом, чем отличаются понятия «пол» и «гендер»? Изучив данные понятия можно сделать вывод о том, что главным отличием понятия «гендер» является: различия между женским и мужским полом возникают в социуме, культуре, тогда как слово «пол» подразумевает, что все различия являются прямым следствием биологического пола[57, с. 16]

Понятие «гендер» отражает социально обусловленную природу мужского и женского, и акцентирует внимание на том, что социальные различия мужчин и женщин не всегда являются естественным продолжением биологических различий, а обусловлены влиянием социальных факторов [14, с.6].

Гендерная психология – это область психологической науки. И как у любой науки есть своя история становления.

В истории гендерной психологии выделяют 5 этапов:

1. разработка соответствующих идей в русле философии (от античных времен до конца XIX века);
2. формирование предмета и разделов гендерной психологии (конец XIX – начало XX века);
3. «фрейдский период» (начало XX века);
4. начало широких экспериментальных исследований и появление первых теорий (1950 -1980 - е гг.);
5. бурное развитие гендерной психологии: всплеск экспериментальных исследований, теоретическое осмысление эмпирических фактов (с 1990-ых годов по настоящее время)

Каждый этап отличается своей спецификой. В период античности о взаимоотношениях мужчин и женщин свой взгляд в работах, отражали философы Платон и Аристотель. Платон рассматривал мужчину и женщину, как взаимодополняющих личностей. Но с другой точки зрения Платон считал женщину на ранг ниже мужчины. Его содеятель Аристотель считал, что женский пол должен быть под управлением, в подчинении у мужчины. Воздействие античных времен отразилось в различии морали мужского и женского пола [57, с. 10].

В эпоху Возрождения мужчины и женщины были признаны различными по своей природе организмами. Сегодня разделение несовпадающих по природным характеристикам пола ставится учеными под сомнение. Они выделяют несколько уровней сексуальной организации человека:

- генетический пол (определенный набор генов);
- гонадный пол (железы внутренней секции);
- морфологический пол (наружные и внутренние половые органы);
- церебральный пол (дифференциация мозга под влиянием тестостерона)[2].

Второй этап формирования гендерной психологии характеризуется

тем, что начали появляться учебные заведения с гендерной направленностью. Разрабатывалась литература о различии мужчин и женщин, о психологии женского пола. Во второй половине XIX века женщины выдвигали свое равноправие, которое обеспечивает социальное равенство, впоследствии оно привело к феминистическому движению.

Становление и развитие гендерной психологии берет свое начало в теории З. Фрейда. Он был противником женского освободительного движения [3,с. 7-9].

Следующим этапом в формировании гендерной психологии стало бурное развитие гендерных теорий, наиболее известные это: идеи Мартины Хонер, Сандры Бэм, Элеоноры Маккоби. Все идеи имели общую направленность-психология гендерных различий [57,с. 22].

До настоящего времени развитие гендерной психологии не останавливается на месте. Ученые, психологи и педагоги выявляют психологические и физиологические отличия мальчиков от девочек, разрабатываются методики работы с детьми, на основе гендерных различий.

Гендерные особенности прослеживаются, как и в психологических образованиях человека, так и в физических. Например, так главное отличие от мужчин у женщин это эмоциональность. Девочки чаще мальчиков дают эстетическую оценку новым предметам, а мальчики интересуются их назначением. Девочки более эмоционально реагируют на поощрение или порицание. Женщины лучше воспринимают, но хуже наблюдают. Также психологи отмечают, что у женщин лучшая память. У женщин – более живая фантазия, чаще бывают самопроизвольные галлюцинации [9, с. 20-21].

Джеймс Арчер, выделяет такую особенность, что мальчики и девочки с дошкольного возраста до юношества живут в разных социальных мирах, которые отличаются характером взаимоотношений [14, с. 10].

Существует четыре стадии установления гендерной принадлежности, которые проходят в раннем детстве, дошкольном и младшем школьном детстве:

- гендерное установление себя к тому или иному полу,
- гендерная константность (необратимость пола во времени),
- дистинктивное подражание (присвоение роли мужской или женской),
- гендерная саморегулировка (создание своей модели поведения).

После формирования своей роли, ребенок оценивает, какие правила поведения и нормы соответствуют его полу. Учеными отмечено, что мальчики раньше девочек приходят к осознанию своих половых ролей. В возрасте от 5 до 11 лет мальчики отдают более решительное предпочтение мужской роли, а девочки женской[43,с.35 - 37].

Большое влияние на гендерный тип оказывает семья. С самого рождения мальчику покупают одежду ближе к голубым оттенкам, а девочкам к розовым. Всё это идет из глубокой древности, все новорожденные члены императорской фамилии – великие князья и княжны становились кавалерами высших степеней российских орденов. К этим наградам полагались муаровые ленты, розовая с серебристыми окаймлениями и голубая. Возможно, это и есть причина того, почему же девочек одевают в оттенки розового, а мальчиков в оттенки голубого. Традиция сохранилась до наших дней.

В практике прослеживается не только различия по цветам одежды, принадлежностей, которыми пользуется ребенок, но и игрушки в магазинах стоят на разных прилавках, для мальчиков и девочек. Можно предположить, что в процессе дифференциальной социализации очень велика роль детских игрушек. Согласно проведенным исследованиям, игрушки и игры помогают девочкам практиковаться в тех видах деятельности, которые касаются подготовки к материнству это самая известная и популярная среди детей сюжетно-ролевая игра «Дочки – матери» и, конечно же, ведению домашнего хозяйства – игра «Большая уборка дома», развивают умение общаться и навыки сотрудничества. У мальчиков игрушки носят изобретательский характер: игрушки побуждают их к созданию архитектурных построек, изменению окружающего их мира [9,с. 46].

Как предсказано теорией познавательного социального обучения,

родительские характеристики влияют на гендерную типизацию с точки зрения моделей подражания, доступных для подражания ребенку. Родительская сила оказывает большое влияние на половые функции у мальчиков, но не у девочек. Так, например, женственность у девочек связана с мужественностью отца, его в доброжелательном отношении к маме, в качестве образца для подражания и его усилением участия в женской деятельности.

Девочки и мальчики характеризуются и по-разному рассматриваются их родителями, особенно их отцами. Считается, что мальчики сильнее и более строже к ним относятся, а также играют более активно, чем девочки, в начале рождения. По мере того, как дети становятся старше, девочек больше защищают и больше контролируют, чем мальчиков [68,с. 299].

В работах Е. В. Пупыревой отмечается, что формирование самостоятельности у девочки в младшем школьном возрасте происходит впоследствии эмоциональной привязанности к матери. Процесс формирования самостоятельности протекает в основном во время возрастных кризисов (в частности в 6-7 лет и далее 10-11 лет). Мальчики в младшем школьном возрасте более самостоятельны, чем девочки. В свою очередь девочки предпочтение отдают в совместной деятельности с мамой.

Информация, получаемая ребенком от родителей, по половым особенностям является решающей по формированию гендерных различий у детей, а гендерная константность активизирует детей искать общение для сбора информации о поведении соответствующим их полу [43, с.37-39].

Большое значение при формировании гендерных ролей в младшем школьном возрасте оказывает социальное окружение, а также культурные традиции. Несоответствие гендерной роли в поведении вредит популярности мальчиков среди сверстников. Но самое эффективное влияние оказывают родители. Процесс идентификации с родителем того или иного пола у мальчиков происходит в возрасте 5-7 лет, а у девочек в возрасте 3-8 лет и приостанавливается в период развития самосознания с 10 лет у мальчиков и с

9 у девочек [8].

Мужчины и женщины, мальчики и девочки сравниваются по различным параметрам от психофизиологических и нейропсихологических, до социально - психологических особенностей психики, а также ученые проводят исследования по физиологическим параметрам. Разница в развитии начинается с детства, уже в дошкольном возрасте девочки более активно овладевают речью, а мальчикам легче удается выполнить задания на мышление. Причину превосходства по речевым особенностям ученые до сих пор не выяснили, но возможно свою роль оказывает функциональная асимметрия мозга, и факторы гендерной социализации [9,с.120].

В исследованиях ученых не утихают споры о половых различиях в математических способностях детей. Превосходство девочек наблюдается в заданиях на нумерацию и вычисление, а у мальчиков превосходство в математических способностях проявляется с 12 лет. Следующей особенностью, которая ярко выражена отличием у мальчиков и девочек является эмоциональность. Для подробного изучения мы выбрали исследования ученых, которые выбрали такую эмоцию, как плачь.

Количество детей, которые приняли участие в исследовании 21 (обоих полов, от новорожденных до 5 лет). Методики, которые применялись:

- наблюдение за плачем и его длительность;
- наблюдения за сном: его длительность, как показатель спокойствия ребенка;
- наблюдение за беспокойными состояниями ребенка: их длительность, уровень раздражительности, частота проявления;
- исследование реакции на присутствие и отсутствие матери: беспокойства в её присутствии и плача до, во время и после отделения от матери;
- наблюдение в экспериментальных условиях и в домашней обстановке.

Результаты исследования выявили особенности: у мальчиков

раздраженный плач на пугающий сигнал, наблюдение в домашней обстановке (5 месяцев), в незнакомой ситуации (1 и 2,5 года); меньшее время сна и большое время беспокойного состояния. У девочек проявился, плачь, когда ребенка оставляли одного за барьером (13 месяцев) и во время ссоры с другими детьми (2-5 лет).

Анализируя данные результаты исследования, можно сделать вывод о том, что мальчики плачут больше тогда, когда появляется пугающий стимул, а девочки плачут в другой ситуации, когда теряется общение с окружающими, что свидетельствует об их коммуникативности, которая играет роль уже в раннем детстве [8].

Из дошкольного детства ребенок переходит в следующую ступень образования это начальная школа. Любой первоклассник сталкивается с не легкой адаптацией в новой ступени образования. Длительность адаптации у детей проходит по-разному, обычно от 3-4 недель до 2-х месяцев. Во время периода адаптации у ребенка снижается внимание, ухудшается память, возникают сложности в общении со сверстниками и взрослыми [17].

Во время адаптации свой след в формировании гендерных особенностей оказывает учитель. Зачастую в школе учителя относятся к мальчикам и девочкам по-разному. Как правило, девочки более спокойны и их особенность в том, что они послушны, привычны к тишине, чем мальчики, поэтому девочки больше любят школу в ранних классах. Это оказывает влияние на школьное обучение мальчиков, так как снижается мотивация в учебной деятельности [68, с.310].

Для более легкой адаптации психологи и педагоги обращают внимание на индивидуальные особенности ребенка, а также отдают предпочтение учету гендерных различий мальчиков и девочек в процессе учебного процесса. В коллективной монографии «Начальное образование: наука, практика, инновации» авторы отмечают, что девочки адаптируются быстрее и легче, чем мальчики и особое внимание нужно обратить на адаптацию мальчиков. Необходимо продумать различные методы и формы работы с

учетом стремления мальчиков к новому [44, с. 14].

Для лучшего протекания адаптации у ребенка, а так же для формирования полоролевого воспитания в начальной школе ученые отмечают гендерные особенности, рассмотрим их более подробно.

Дети развивают гендерно типизированные модели поведения и предпочтения уже в возрасте от 15 до 36 месяцев. Девочки, как правило, проще относятся к гендерным стереотипам, чем мальчики, возможно, потому, что родители и учителя испытывают большее давление, чтобы придерживаться мужской роли. Девушки могут также подражать мужской роли, потому что она имеет больший статус и привилегию в нашей культуре. Хотя некоторые мальчики и девочки получают поддержку в перекрестном поведении, большинству рекомендуется вести себя в соответствии с традиционными стереотипами.

По физиологическим данным можно выделить, что девочки более физически и неврологически продвинуты при рождении. У мальчиков наиболее развитое мышечное развитие, но они подвержены болезням и наследственным аномалиям [68, С.225].

На уровень остроты и чувствительности зрительного восприятия влияет множество факторов, один из которых это пол ребенка. У мальчиков развитие зрительного восприятия протекает медленнее, чем у девочек. Зрительное восприятие начинает еще формироваться в утробе матери, после рождения оно развивается параллельно с другими органами чувств и постепенно повышает свой уровень [22,с. 134].

В начальной школе проходит тщательная работа с лексическим значением слов, это помогает младшему школьнику обогатить свой словарный запас. Его объем в начальной школе, также зависит от пола ребенка. Так, например объем словарного запаса у девочек младшего школьного возраста выше, чем у мальчиков того же возраста [59,с.106].

Девочкам больше посильна работа с заданиями, в которых присутствует сравнение, анализ. Мальчикам же более интересна работа с

заданиями точных наук. Развитие интеллекта у младших школьников протекает по-разному, так например девочкам легче выполнять задания, в которых требуется анализ, синтез и сравнение [46, с.20].

У мальчиков отмечается более высокая активность и агрессивность. Ученые отмечают, что у мальчиков агрессия выражена ярче, а также существует различие в её проявлении: у мальчиков агрессия направлена «вовне» на других людей, а у девочек - «вовнутрь». Отмечаются и другие гендерные различия в проявлении агрессии. Мальчики более склонны к физической агрессии, тогда как девочки чаще прибегают не прямым способам выражения агрессии, например вербальной. Но с возрастом тенденция немного меняется: у мальчиков вербальная агрессия становится доминирующей и применяется чаще, чем у девочек [58, с. 70-74].

В книге «Возрастная динамика характеристик памяти мальчиков и девочек 6-12 лет» отмечается, что образная память, которая связана с действием слухового аппарата и запоминании звуков лучше развита у девочек, но зрительная память у мальчиков выше, чем у девочек [13, с. 65].

В физиологическом развитии девочки быстрее развиваются, чем мальчики. Следовательно, и психологические процессы развиваются в одном возрасте по-разному, так например внимание.

Именно в этом возрасте формируются высшие корковые центры регуляции поведения – лобные отделы коры больших полушарий. Их роль нарастает постепенно. Следовательно, у мальчиков младшего школьного возраста уровень этого контроля ниже по сравнению с девочками того же возраста. Поэтому регулировать свое поведение уже сложнее, в частности внимание [42, с. 24-29].

Проанализировав литературу, мы выявили отличия левого и правого полушария, а именно за что и какие полушария отвечают (см.табл.1)

Отличия левого от правого полушария

Левое полушарие	Правое полушарие
Отвечает за речевую деятельность, чтение, выражение мыслей на письме, вербальное мышление и память.	Анализирует визуальное, пространственное, музыкальное восприятие; эмоции, восприятие окружающей среды, бессознательное самовыражение,
Левое полушарие активнее у женщин, оно обеспечивает преимущество в языковых функциях.	

Исходя из данных таблицы, можно сделать вывод о том, что восприятие информации у мужчин происходит с помощью правого полушария, а у женщин это левое или оба полушария [35, с. 33].

Различия в строении мозга отражаются при обучении детей в школе, так как мальчики и девочки воспринимают, анализируют и перерабатывают информацию по-разному. Для решения данной проблемы многие ученые призывают обращать внимание учителей на вариативность, интеграцию форм и методов работ с учетом половых различий. Для более легкого определения в использовании заданий, нужно учитывать различия особенностей обучаемости учащихся левополушарного и правополушарного типов (см.табл.2)

**Различия особенностей обучаемости учащихся левополушарного и
правополушарного типов [21, с.26]**

Левополушарники	Правополушарники
Воспринимают информацию через речь	Воспринимают информацию образно
Составляют логические цепочки	Выполнение заданий от образа к слову
Легко выполняют задания по плану	Больше развита поисковая деятельность
Восприятие материала абстрактного	Конкретность в изложении материала
Составляют информацию из частей в целое	При детализации теряется смысл
Легче пишут диктанты	Легче пишут сочинения
Быстро находят ошибки в словах	Ошибки в словах не находят

Для более полного анализа гендерных особенностей младших школьников, мы проанализировали зарубежную статью «Возрастное и гендерно-зависимое развитие теории разума у детей 6-8 лет». Согласно данной статье считается, что присваивать разные психические состояния различным людям или Теории Разума (ТоМ) развивается в основном в дошкольные годы. Теория Разума - это важный когнитивный навык, с помощью которого мы понимаем психические состояния других людей, включая убеждения, желания и знания. При анализе статьи, мы отметили, что дети младшего школьного возраста не полностью владеют задачами теории разума. В младшем школьном возрасте преимущественно девочки лучше осваивают ТоМ, чем мальчики этого же возраста [69].

Некоторые исследователи указывают на то, что значимых различий в эмоциональной сфере между мужчиной и женщиной не присутствует. Но исследуя другие данные статистик, заметно выражено, что женщины имеют

более высокий уровень межличностного общения. У мужчин преобладают внутриличностные показатели [9,с.13].

Различия в эмоциональной сфере младших школьников во многом сравниваются с показателями людей зрелого возраста. Так, например уровень развития социо-эмоциональной компетентности у девочек выше, чем у мальчиков. Осознанное чувство сопереживания другому человеку, свободное взаимодействие и общение легче осваивается девочкам младшего школьного возраста. Проанализировав исследования и результаты диагностик, мы объединили отличия в эмоциональной сфере у детей младшего школьного возраста. Девочки сами значительно выше оценивают уровень своих способностей к эмпатии и самосознанию, чем мальчики. Кроме этого, девочки выше оценивают свои способности к коммуникативному целеполаганию и целеудержанию по сравнению с мальчиками. А также девочки начальных классов выше оценивают свой уровень развития социо-эмоциональных способностей [55].

Важные новообразования младшего школьного возраста является появление дифференцированной самооценки, осмысление и осознание собственных действий и поступков, появляется способность к анализу, синтезу. Углубление знаний об окружающем мире и о себе, это позволяет младшим школьникам адекватнее оценивать свои способности и силы, свое положение в социальных группах [20,с.378].

Исследования многих ученых доказывают о том, что развитие мальчиков и девочек значительно отличается, и на разных этапах девочки опережают мальчиков [27, с.7-9]. Но также есть и другие этапы развития и становления, в которых мальчики преобладают в более быстром развитии. Например, отмечается, что мальчики быстрее и легче входят в контакт со сверстниками, более толерантны, для них характерны более высокие уровни кооперативного поведения, мужские группы более сплочены и устойчивы, чем женские [31].

В младшем школьном возрасте многие мальчики сталкиваются с

синдромом дефицита внимания с гиперактивностью. Согласно статистике представленной в монографии Куинджи Н.Н. «Профилактические основы пололичностного (гендреного) подхода к обучению и воспитанию детей в школе» у 34,4% мальчиков младшего школьного возраста наблюдается синдром дефицита внимания с гиперактивностью, а у девочек 21,7% [47, с.69] .

У таких детей есть проблемы в обучении, так например, нарушается внимание, несформированность эмоционально – волевой сферы и др. Все это оказывает влияние на процесс учебы, успеваемость школьников, дисциплинированность, утомляемость и так далее. Для воспитания развитой, творческой, саморазвивающейся личности, педагоги и психологи предлагают внедрение гендерных классов, тем самым процесс учебной деятельности становится индивидуальным, в котором учитываются все гендерные особенности детей младшего школьного возраста, такие как:

- познавательные способности;
- познание окружающего мира;
- усвоение информации, и ее отработки;
- в организации внимания (у мальчиков оно более рассеянное);
- учет эмоциональной сферы (у девочек восприятие информации протекает лучше при использовании эмоциональной окрашенности);
- оценивание работы отметкой (мальчиков заинтересовывают работы с положительными отметками, тем самым они их побуждают к дальнейшей деятельности) [30].

Проанализировав литературу по гендреному обучению детей младшего школьного возраста, мы остановились на исследованиях, которые отражают плюсы и минусы обучения детей в гендерных классах. При сравнении работоспособности девочек обучающихся в смешанных классах и девочек обучающихся в гендерных классах, выделены отличия (см. табл. 3)

Таблица 3

Динамика умственной работоспособности у девочек, обучающихся в гендерных классах и девочек обучающихся в смешанных классах

Показатели	Девочки гендерного класса			Девочки смешанного класса		
	1	2	3	1	2	3
Скорость выполнения работы	130	179,4	221,4	139	176	186,7
Точность работы	7,9	4,9	6	6,9	6	5,8
Комплексный показатель работоспособности	0,8	1,1	1,2	0,9	1,0	1,6
Утомление	39,0	42,9	40,0	51,2	61,9	38,0

Исходя из данных таблицы, можно сделать вывод о том, что показатели работоспособности, точности и скорости у девочек (1 класс) обучающихся в гендерном классе ниже, чем у девочек из смешанного класса. Но утомление во время учебного процесса у девочек гендерного класса значительно меньше. С помощью применения учителем форм и методов работы с учетом гендерных особенностей, умственная работоспособность девочек гендерного класса сравнивалась с показателями девочек из смешанного класса. Результаты показателей учащихся 3 класса показывает высокий скачок в скорости выполнения работы и точности девочек гендерного класса, но при этом не терялось качество выполнения работ [35,с.76-77].

При учете гендерных особенностей обучение в классе позволяет повысить качество процесса учебной деятельности, без увеличения физиологических нагрузок.

Таким образом, проблема гендерных особенностей мальчиков и девочек актуальна в XXI веке. Понятие «гендер» отражает социально обусловленную природу мужского и женского, и акцентирует внимание на том, что социальные различия мужчин и женщин не всегда являются

естественным продолжением биологических различий, а обусловлены влиянием социальных факторов. Учет гендерных особенностей при обучении в начальной ступени образования позволяет ученикам познать и изучить окружающий его мир, на основе индивидуального подхода, как к девочкам, так и к мальчикам. Благодаря данному фактору процесс обучения в начальной школе проходит более эффективно и не требует физиологических нагрузок на здоровье каждого.

Выводы по I главе

1. Для младшего школьного возраста характерным является недостаточное умение управлять своими чувствами, умение сдерживать или не показывать свои эмоции. Агрессивность больше выражается в словесной форме, ребенок не столько дерется, сколько грубит и дразнит. Младших школьников отличает эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все необычное и яркое. Дети младшего школьного возраста подвержены переживанию, сопереживанию другим – взрослым и сверстникам. Ребенок младшего школьного возраста находится в эмоциональной зависимости от учителя. Ему необходима потребность в эмоциональных впечатлениях и переживаниях. В данном возрасте начинают использоваться различные приемы волевого торможения. Младшие школьники еще не могут сдерживать свои эмоции, когда ребенок огорчен или возмущен, или когда ему рассказали радостную новость, все эмоции выражаются в первую очередь с помощью мимики и жестов. Эмоциональные переживания приобретают обобщенный характер, развиваются высшие чувства – познавательные, нравственные, эстетические. Нравственные чувства в период учебного процесса детей с 1 по 4 класс, заметно обогащаются, становятся более определенными.

2. Девочки и мальчики отличаются уровнем своей эмоциональности. Девочки чаще мальчиков дают эстетическую оценку новым предметам, а мальчики интересуются их назначением. Девочки более эмоционально реагируют на поощрение или порицание. Уровень развития социо-эмоциональной компетентности у девочек выше, чем у мальчиков. Осознанное чувство сопереживания другому человеку, свободное взаимодействие и общение легче осваивается девочкам младшего школьного возраста. Девочки более спокойны, послушны. Мальчики более самостоятельны, больше проявляют творчества. Девочки лучше сохраняют внимание, более терпеливы, более выносливы. Девочки активнее в процессе

общения, мальчикам же сложнее вступить в диалог с незнакомым человеком. Среди дружащих девочек отношения доверительные, чем среди мальчиков. Сравнение склонности к переживанию базовых эмоций у школьников и школьниц разного возраста, показало, что у девочек во всех возрастных группах склонность к страху выражена значительно больше, чем у мальчиков.

Глава II. Практические аспекты исследования

2.1. Задачи и содержание эмпирического исследования

Эксперимент был проведен в МКОУ «СОШ № 44» Челябинской области г. Миасса с учащимися 4 класса в количестве 33 человек. Возраст учеников 10-11 лет, в классе 16 девочек и 17 мальчиков.

Цель: Изучение эмоционального состояния учащихся и разработка ПВД, направленной на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей

Задачи:

1. Определить диагностический инструментарий для изучения эмоционального состояния учащихся начальной школы.
2. Провести диагностику эмоционального состояния учащихся.
3. Проанализировать и интерпретировать полученные результаты.
4. Разработать программу внеурочной деятельности для учащихся 4 классов, направленную на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Для исследования эмоционального фона учащихся, нами был использован восьмицветовой тест М. Люшера (модификация Вольнефера), с помощью которого мы выявили уровень тревоги, стресса, утомления и напряжения.

Подготовка к тестированию. Для проведения тестирования мы создали в классе дружелюбную атмосферу и тщательно продумали все аспекты работы. Тесты не допускают никаких изменений и дополнений, так как это меняет надежность и валидность тестовых показателей.

Детям были предложены цветные карточки М. Люшера, ручка и листочек, а также была проведена инструкция, которая помогла при выполнении тестирования.

«Посмотрите внимательно на эти восемь карточек. Выберите наиболее

симпатичный, приятный вам в данный момент цвет. Постарайтесь не связывать цвет с какими-либо вещами: цвет одежды, машины, стен и т.д. Выбирайте цвет наиболее приятный сам по себе. Запишите его той цифрой, которой он обозначен (Серый цвет – 0, темно-синий – 1, зеленый – 2, оранжево-красный – 3, желтый – 4, фиолетовый – 5, коричневый – 6, черный – 7). Хорошо, теперь выберите наиболее симпатичный цвет из оставшихся. Запишите его номер, через запятую». Эта инструкция повторялась до тех пор, пока не будут выбраны все цвета.

Мы избегали употребления слов «тест», «экзамен», «проверка» во всех объяснениях и инструкциях. При возникновении необходимости, мы употребляли слова: упражнения, картинки и т. д. Во время тестирования не было допущено создание тревожной и напряженной обстановки экзамена, проверки, соперничества. Напротив, была создана дружелюбная и спокойная атмосфера теплоты, уюта, доверия, поощрения воображения и любознательности детей, стимулирования поиска рисунков. Тестирование прошло быстро, дети были увлечены предложенной работой, в классе была тишина, никто ни с кем не советовался. Это очень важно для достижения надежных и объективных результатов.

Интерпретация результатов тестирования

Для проверки результатов исследования мы воспользовались обработкой результатов по данному тестированию. При проверке мы разбили класс на мальчиков и девочек, и выявили уровни эмоционального и функционального состояния отдельно мальчиков и отдельно девочек.

По каждому индивидуальному выбору высчитываются следующие показатели: утомление, стресс, тревога, напряжение.

Тревога присутствует, если синий цвет (1) стоит перед желтым (4). Если 4 стоит перед 1, то тревога не выражена. Если желтый цвет стоит сразу после синего – 1,4, то показатель тревоги равен 3. Если между синим и желтым находится еще какой-либо цвет, то к 3 прибавляется 1 и показатель тревоги равняется уже 4. Если между 1 и 4 стоит два цвета, то к 3

прибавляется 2 и показатель тревоги равен 5. Таким образом, высчитывая показатель тревоги необходимо к 3 прибавить количество цветов стоящих между 1 и 4. Минимальный показатель тревоги равен 3, максимальный – 9.

По показателям утомления, стресса и напряжения, проделась аналогичная работа. Схематично интерпретация выглядит следующим образом:

- 1 4 +3 МАХ=9 Тревога
- 2 3 +2 МАХ=8 Утомление
- 6 5 +2 МАХ=8 Напряжение
- 7 0 +1 МАХ=7 Стресс

Полученные результаты представлены в таблицах 4 и 5.

Таблица 4

**Показатели уровня эмоционального и функционального состояния
у мальчиков (баллы)**

Имя ребенка	Тревога	Утомление	Напряжение	Стресс
1. Степан	0	3	3	1
2. Илья	0	0	6	5
3. Федя	2	4	4	0
4. Ваня	2	6	5	2
5. Егор	0	4	3	0
6. Арсений	3	6	6	6
7. Александр	3	0	4	4
8. Арсений	7	2	4	0
9. Егор	4	0	6	2
10. Михаил	0	4	2	3
11. Кирилл	7	0	0	5
12. Тимур	2	2	3	2
13. Ярослав	5	3	4	0
14. Алексей	3	2	4	1
15. Степан	4	3	4	3
16. Роман	3	4	4	4
17. Никита	2	3	3	4

Как видно из результатов, полученных в ходе исследования эмоционального состояния детей, у 76 % мальчиков было выявлено состояние тревоги, такие же показатели утомления(76%) и стресса(76%). Самый высокий показатель у мальчиков - это напряжение. Оно было выявлено у 94% мальчиков 4 класса. Что касается аутогенной нормы, то она была выявлена лишь у 10 % школьников. Это означает, что только у одной десятой мальчиков класса отсутствует тревога, напряжение, стресс и утомление.

Таблица 5

**Показатели уровня эмоционального и функционального состояния
у девочек (баллы)**

Имя ребенка	Тревога	Утомление	Напряжение	Стресс
1.Настя	3	3	3	1
2.Алина	0	0	6	5
3.Елизавета	3	0	5	1
4.Кристина	0	0	2	3
5.Катя	0	0	4	3
6.Марина	0	0	0	2
7.Алина	0	0	0	0
8.Ирина	0	0	0	0
9.Ульяна	3	0	0	1
10.Алёна	0	2	0	0
11.Катя	0	0	0	3
12.Милена	0	2	0	0
13.Регина	0	2	0	1
14.Дарья	0	0	0	0
15.Дарья	0	0	3	0
16.Василиса	0	2	0	0

Что касается девочек, то здесь были получены иные результаты. Так, только у половины девочек присутствует стресс (56%). У одной третьей обследованных девочек выражен показатель напряжения (36%) и утомления(31%). И всего лишь у одной пятой класса у девочек присутствует

тревога (19%). Аутогенная норма у девочек составила 18 %.

Сравнение полученных результатов представлено на рисунке 3.

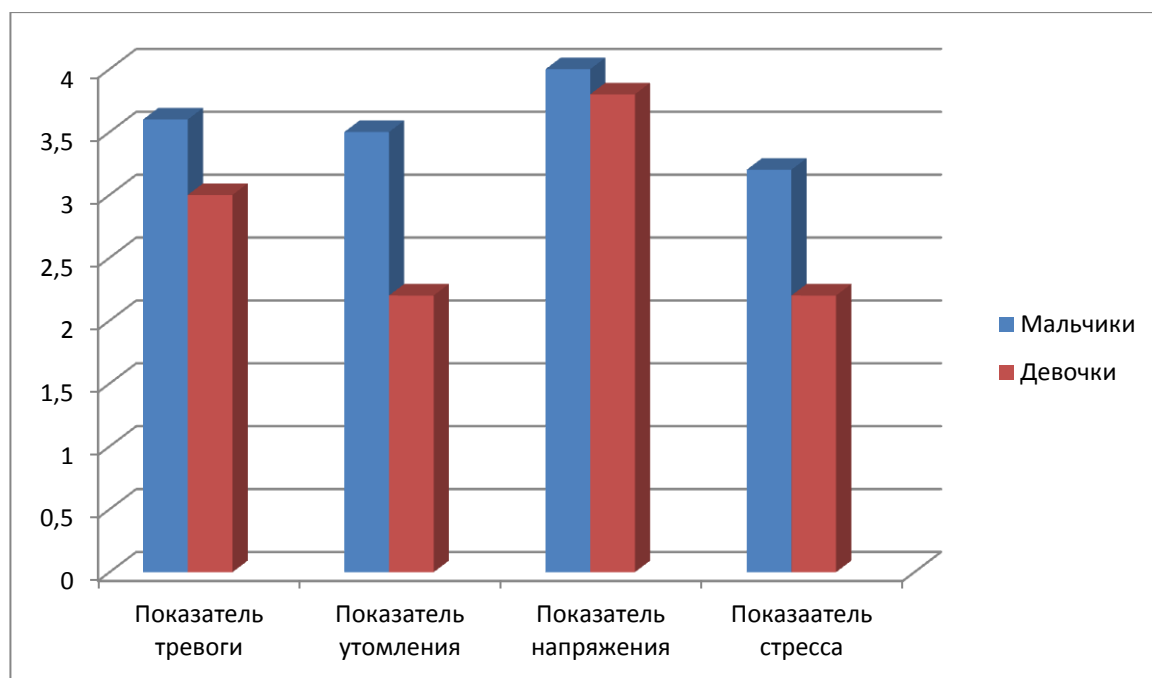


Рис.3. Гендерные различия эмоционального состояния учащихся 4 класса (средний балл)

Статистическая обработка полученных результатов с помощью t-критерия Стьюдента позволила выявить достоверные различия эмоционального и функционального состояния между мальчиками и девочками по трем показателям (тревога, утомление и напряжение):

1.Тревога - критическое значение составляет 3,5. Различия между группами находятся на 1 % уровне ($p \leq 0,01$);

2.Утомление - полученное эмпирическое значение (3.7) находится в зоне значимости. Различия между группами находятся на 1 % уровне ($p \leq 0,01$);

3.Напряжение - значение различия напряжения у мальчиков и у девочек составляет 3,8. Различия между группами значимы на однопроцентном уровне ($p \leq 0,01$).

Это означает, что у мальчиков 4 класса статистически более выражены состояния тревоги, утомления и напряжения, чем у девочек того же класса.

Таким образом, полученные данные позволяют предположить, что

создание условий для развития и обучения, с использованием методов и форм, основанных на гендерных особенностях мальчиков и девочек, могло бы позволить снизить индивидуальный уровень эмоционального напряжения и оказать, таким образом, психопрофилактическое воздействие. В этом случае идея о раздельном обучении заслуживает пристального внимания для преодоления таких проблем.

2.2. Программа внеурочной деятельности для учащихся 4 классов, направленная на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей

Проанализировав результаты исследования, мы пришли к выводу, что эмоциональное состояние учащихся 4 класса отличается по гендерным основаниям. Мы разработали программу внеурочной деятельности, направленную на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Программа внеурочной деятельности «Жизнь эмоций» рассчитана на 1 год (34 учебных часа), один час в неделю. Возраст учащихся: 10-11 лет. Программа разработана на основе программы внеурочной деятельности «Игровая психотерапия» (Ю.Г. Червова) [62].

Программа «Жизнь эмоций» разработана с учетом Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Цель программы: снижение эмоционального напряжения детей, развитие эмоционального интеллекта младших школьников.

Программа предполагает решение следующих **задач**:

1. расширить круг понимаемых эмоций;
2. способствовать формированию необходимых волевых качеств;

3. научить ребенка взаимодействию со сверстниками и взрослыми в обществе;

4. профилактика эмоциональных переживаний у мальчиков и девочек.

Формы работы:

- Беседы
- Игры (сюжетно-ролевые, словесные, игры-драматизации)
- Чтение художественных произведений
- Упражнения подражательно-исполнительского и творческого характера

- Рассматривание рисунков
- Моделирование и анализ заданных ситуаций импровизации
- Дискуссии
- Игровые тренинги
- Музыкальная терапия
- Обсуждение, обыгрывание проблемных ситуаций.
- Рисование.

Занятия проводятся в учебных классах, в спортивном зале и на свежем воздухе.

Данные занятия реализуют целый ряд функций:

- 1.развлекательная,
- 2.коммуникативная,
- 4.коррекционная,
- 5.пропедевтическая.

Планируемые результаты освоения учащимися программы «Жизнь эмоций»

К концу обучения курса учащиеся получат возможность:

I.Личностные результаты:

- о правилах поведения в обществе;
- соблюдение правил игры и дисциплины;
- умение адаптироваться к условиям, меняющимся в окружающем мире;
- умение находить выход из конфликтной ситуации;
- через игровые роли и сказочные образы осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления
- подводить самостоятельно выводы и итоги занятий.

II. Метапредметные результаты:

✓ Регулятивные УУД:

- самостоятельно определяет ориентиры в новом материале;
- планирует свои действия вместе с учителем и их результат;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- самостоятельно формулирует задачу, на основе выделенной проблемы.

✓ Коммуникативные УУД:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей;
- взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;
- способен поставить задачи для инициативного сотрудничества при сборе информации и ее обработке.

✓ Познавательные УУД:

- обогатить представление о собственных возможностях и способностях;
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения.

Форма подведения итогов:

- открытые занятия;
- выставка творческих работ;
- итоговый диагностический скрининг, позволяющий определить уровень развития коммуникативных навыков, эмоциональное состояние учащихся.

Оценочные материалы:

После проведения занятий по программе внеурочной деятельности предлагается диагностический блок с использованием следующих методик:

✓ тест «Рисунок несуществующего животного» (М.З. Дукаревич), с помощью которого через интерпретацию результатов можно выявить образ личности;

✓ методика «Волшебная страна чувств» (Т. Грабенко, Т.Зинкевич-Евстигнеева). При помощи данной методики определяется психоэмоциональное состояние ребенка.

Данные методики помогут раскрыть каждого ребенка с эмоциональной стороны. При этом сами учащиеся не понимают, что их исследуют. Для них это занятие, на котором они рисуют и слушают музыку.

Содержание курса внеурочной деятельности по программе «Жизнь эмоций»

Программа состоит из 4 разделов:

Раздел I. Изучение эмоций и своего поведения

Данный раздел включает в себя занятия по изучению эмоций младшего школьника. Пояснить что такое эмоции? Какие бывают эмоции? Как взаимосвязаны эмоции и поведение? Изучить способы выражения эмоций (вербальные и невербальные). Распознавание эмоций. Учащиеся знакомятся с понятиями эмоции и чувства. Ознакомить младших школьников с особенностями выражения эмоций у мальчиков и девочек.

Содержание уроков направлено на формирование у младших школьников умения различать такие виды эмоций как, радость, горе, удивление, смех, гнев. Учащиеся изучают проявление противоречивых чувств, а также проявление страха, симпатии, антипатии, учатся распознавать их у себя и других учащихся. Все это оказывает положительное влияние на лучшее понимание эмоций младшими школьниками у себя и окружающих людей.

Выполняются практические задания по распознаванию разных видов эмоций у другого человека с целью развития умения понимать состояние другого.

Раздел II. Целеустремленность школьника

Раздел целеустремленность школьника включает в себя теоретические и практические занятия, основой которых является изучение волевых качеств личности. Что такое волевые качества? Какие волевые качества бывают? Для чего необходима самостоятельность, целеустремленность, решительность, смелость и воля? Развитие волевых качеств с учетом гендерных особенностей.

Целью данного раздела является приобретение волевых качеств у мальчиков и девочек младшего школьного возраста в соответствии с гендерными характеристиками, на примере художественных произведений.

Раздел III. Мир общения

Знакомство с данным разделом начинается с понятия «общение», что такое речевое и неречевое общение, какова их роль в жизни. Речевое общение осуществляется с помощью слов, а неречевое общение с помощью жестов, мимики. Обращается внимание для чего нужно общение, функцию общения (передачи информации от одного человека к другому).

Важное место занимает изучение взаимоотношения полов в младшем школьном возрасте, а также взаимодействие учащихся со сверстниками и

взрослыми. Какие правила и нормы поведения в обществе приветствуются. На практических занятиях младшие школьники получают возможность:

-развивать наблюдательность к внешнему виду другого человека - к его выразительному поведению (мимике, жестам, позе, походке);

-разыгрывать жизненные ситуации между полами, которые учат уважению и доверительному общению с собеседником.

Раздел IV. Я и мои эмоции

Данный раздел является основным в программе внеурочной деятельности, так как целью программы является снижение эмоционального напряжения детей, а также развитие эмоционального интеллекта младших школьников.

По мнению ученых, существует тесная взаимосвязь между познавательными процессами и развитием эмоциональной сферы. Несформированность или нарушение эмоциональной сферы вызывает у ребенка затруднения в решении интеллектуальных заданий, что в свою очередь оказывает отрицательное влияние на развитие личности. Данный раздел является решением данной проблемы. На занятиях дети научатся управлять своими эмоциями и контролировать их.

В разделе «Я и мои эмоции» с учащимися 4 класса проводится работа по профилактике эмоциональных переживаний. Для этого учащиеся знакомятся, какие эмоциональные переживания и нарушения существуют.

Для профилактики эмоциональных переживаний используются игровые тренинги, которые способствуют развитию младших школьников к эмоциональному самовыражению, повышению осознания эмоциональных переживаний. Игры (игры-упражнения, этические игры: игры-ассоциации, игры-драматизации), беседы, музыкальная терапии, обыгрывание проблемных ситуаций и др. способствуют снятию напряжения и носят обучающий характер. Многие формы работы основаны на гендерных особенностях, так как развитие эмоциональной деятельности у младших школьников развивается по-разному.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов		Формы проведения
		Теория	Практика	
Раздел I. Изучение эмоций и своего поведения				
1.	Знакомство. Введение в мир психологии	1 ч		Беседа
2.	Жизнь эмоций. Понятие «эмоции»	1 ч		Беседа, обсуждение
3.	Поведение и эмоции, их взаимосвязь	1 ч		Беседа, исследование
4-5	Чем отличаются эмоции у мальчиков и девочек?	1 ч	1 ч	Беседа, разыгрывание ситуаций
6.	Эмоции и чувства	1ч		Беседа
Раздел II. Целеустремленность школьника				
7.	Волевые качества	1 ч		Беседа, обсуждение
8.	Какие волевые качества бывают?	1ч		Беседа, дискуссия
9.	Какие качества более выражены у мальчиков, а какие у девочек?	1 ч		Беседа, работа в группах
10	Я -самостоятельный, смелый, сильный и ответственный.		1 ч	Работа в парах, обсуждение, чтение художественных произведений, анализ, сравнение.
Раздел III. Мир общения				
11.	Что такое общение?	1ч		Беседа
12.	Виды общения и их функции.	1 ч		Беседа, рассказ учителя, дискуссия.
13-	Я и моё общение с	1ч	1ч	Обсуждение,

14	противоположным полом.			разыгрывание жизненных ситуаций.
15	Правила и нормы общения.	1ч		Бесед, рассказ, работа в парах
16	Внутреннее состояние собеседника.		1ч	Решение проблемных ситуаций в парах, упражнения подражательно-исполнительского характера, обсуждение.
17	Общение в психологическом комфорте (для мальчиков)		1 ч	Комплекс упражнений и игр, для мальчиков по умения свободно входить в контакт (см.прил. 3)
Раздел IV. Я и мои эмоции				
18	Что такое эмоциональные переживания?	1ч		Беседа, рассказ учителя
19	Какие эмоциональные переживания существуют?	1ч		Беседа, работа в группах
20	Эмпатия (для мальчиков)		1 ч	Комплекс тренингов и игр на развитие у мальчиков эмпатии (см.прил. 4)
21	Агрессия, какие формы проявления бывают и как с ними бороться	1 ч		Беседа, дискуссия
22	«Всё живое чувствует, страдает» (снижение агрессии у мальчиков)	1 ч		Беседа, рассказ-эмоция, игра (см.прил. 1)

23	Как снизить уровень агрессии дома? (для мальчиков)		1 ч	Рекомендации для родителей по снижению агрессивности у мальчиков (см.прил.2)
24	Напряжение	1 ч		Беседа, чтение художественных произведений
25	«Волшебная сказка»		2 ч	Беседа, гимнастика, релаксация, пантомима, анализ (см.прил.5)
26	Образ моего страха (для девочек)	1 ч		Беседа, групповая работа, решение проблемных ситуаций
27	«Жучка» Вводное занятие (для девочек)		1 ч	Куклотерапия, как метод коррекции страха у девочек (см.прил. 6)
28	«Волшебный мир» Заключительное занятие (для девочек)		1 ч	Куклотерапия, как метод коррекции страха у девочек (см.прил.6)
29	Тревога. «Чего я боюсь?» (для мальчиков)	1 ч		Беседа, рассматривание рисунков, обсуждение
30	Как снять тревогу мальчишкам?		1 ч	Комплекс «физминуток» (см.прил.7)
31	Эмоция страха (для девочек)	1 ч		
32	«Танец в жизни» (для девочек)		1 ч	Метод танцевально-двигательной терапии по снятию стресса у девочек (см.прил.8)
33-34	Подведение итогов		2 ч	Итоговая диагностика
				Всего 34 часа

Описание материально-технического обеспечения внеурочной деятельности

Занятия проходят в учебном классе, танцевальном и музыкальном залах. Все помещения должны быть оборудованы в соответствии с их применением.

В танцевальном и музыкальном залах:

- музыкальный центр,
- диски с записью мелодий,
- зеркала,
- коврики.

В учебных классах:

- методическое обеспечение,
- доска, проектор, ноутбук, экран,
- игрушка, краски, кисти, ватман, альбом для рисования.

Выводы по Главе II

1. Эксперимент был проведен в МКОУ «СОШ № 44» Челябинской области г. Миасса, с учащимися 4 класса в количестве 33 человек. Возраст учеников 10-11 лет, в классе 16 девочек и 17 мальчиков.

2. Для исследования эмоционального фона учащихся, нами был использован восьмицветовой тест М. Люшера (модификация Вольнефера), с помощью которого мы выявили уровень тревоги, стресса, утомления и напряжения.

3. Статистическая обработка полученных результатов с помощью t-критерия Стьюдента позволила выявить достоверные различия эмоционального и функционального состояния между мальчиками и девочками по трем показателям (тревога, утомление и напряжение).

4. Проанализировав результаты исследования, мы пришли к выводу, что эмоциональное состояние учащихся 4 класса отличается по гендерным основаниям. Мы разработали программу внеурочной деятельности, направленную на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Программа состоит из 4 разделов:

- Раздел I. Изучение эмоций и своего поведения
- Раздел II. Целеустремленность школьника
- Раздел III. Мир общения
- Раздел IV. Я и мои эмоции

Заключение

Проведенное нами исследование состояло из двух частей – теоретического анализа проблемы и эмпирического изучения формирования эмоциональной сферы, с учетом гендерных особенностей детей младшего школьного возраста.

В теоретической части работы мы рассмотрели специфику формирования эмоциональной сферы младших школьников.

Для младшего школьного возраста характерным является недостаточное умение управлять своими чувствами, умение сдерживать или не показывать свои эмоции. Агрессивность больше выражается в словесной форме, ребенок не столько дерется, сколько грубит и дразнит. Младших школьников отличает эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все необычное и яркое. Дети младшего школьного возраста подвержены переживанию, сопереживанию другим – взрослым и сверстникам.

Ребенок младшего школьного возраста находится в эмоциональной зависимости от учителя. Ему необходима потребность в эмоциональных впечатлениях и переживаниях. В данном возрасте начинают использоваться различные приемы волевого торможения. Дети данного возраста еще не могут сдерживать свои эмоции, когда ребенок огорчен или возмущен, или когда ему рассказали радостную новость, все эмоции выражаются в первую очередь с помощью мимики и жестов. Эмоциональные переживания приобретают обобщенный характер, развиваются высшие чувства – познавательные, нравственные, эстетические. Нравственные чувства в период учебного процесса детей с 1 по 4 класс, заметно обогащаются, становятся более определенными.

Изучили гендерные особенности формирования эмоциональной сферы младших школьников.

Девочки и мальчики отличаются уровнем своей эмоциональности. Девочки чаще мальчиков дают эстетическую оценку новым предметам, а

мальчики интересуются их назначением. Девочки более эмоционально реагируют на поощрение или порицание. Уровень развития социо-эмоциональной компетентности у девочек выше, чем у мальчиков. Осознанное чувство сопереживания другому человеку, свободное взаимодействие и общение легче осваивается девочкам младшего школьного возраста. Девочки более спокойны, послушны. Мальчики более самостоятельны, больше проявляют творчества.

Девочки лучше сохраняют внимание, более терпеливы, более выносливы. Девочки активнее в процессе общения, мальчикам же сложнее вступить в диалог с незнакомым человеком. Среди дружащих девочек отношения более доверительные, чем среди мальчиков. Сравнение склонности к переживанию базовых эмоций у школьников и школьниц разного возраста, показало, что у девочек во всех возрастных группах склонность к страху выражена значительно больше, чем у мальчиков.

В практической части исследования мы провели диагностику по выявлению эмоционального уровня, с учетом гендерных особенностей у детей младшего школьного возраста. Для этого нами был использован восьмицветовой тест М. Люшера (модификация Вольнефера), с помощью которого мы выявили уровень тревоги, стресса, утомления и напряжения отдельно у мальчиков и отдельно у девочек.

После интерпретации результатов данной диагностики мы сделали вывод, что почти у всех мальчиков 4 класса был выявлен высокий процент наличия тревоги, стресса, напряжения и утомления, когда у девочек процент наличия показателей всех уровней меньше.

Для более полного анализа данной проблемы, мы выявили с помощью t-критерия Стьюдента достоверные различия эмоционального и функционального состояния между мальчиками и девочками по трем показателям (тревога, утомление и напряжение).

Проанализировав результаты исследования, мы сделали вывод, что эмоциональное состояние учащихся 4 класса отличается по гендерным

основаниям. Для улучшения эмоционального фона учащихся, а также качества обучения, мы разработали программу внеурочной деятельности, направленную на формирование эмоциональной сферы младших школьников с учетом их гендерных особенностей.

Программа состоит из 4 разделов:

- Раздел I. Изучение эмоций и своего поведения
- Раздел II. Целеустремленность школьника
- Раздел III. Мир общения
- Раздел IV. Я и мои эмоции

Программа «Жизнь эмоций» предполагает снижение эмоционального напряжения детей, а также развитие эмоционального интеллекта младших школьников.

Все цели и задачи выпускной квалификационной работы полностью решены.

Библиографический список

- 1.Абрамова, Г.С.Возрастная психология [Текст]: учеб.пособие для студ. вузов / Г.С. Абрамов. – 4-е изд. – М.: Академия, 2007. – 672 с.
- 2.Агеев, В.С. Влияние факторов культуры на восприятие и оценку человека человеком [Текст] / В.С. Агеев // Вопросы психологии. – 1985. – № 3. – С. 137-140
- 3.Андронникова, О.О. Гендерная дифференциация в психологии: учебн. пособие [Текст] / О.О. Андронникова. – М.: ИНФРА-М, 2017. – 264 с.
- 4.Баданина, Л.П. Адаптация первоклассника: комплексный подход [Текст]: /Л. П. Баданина // Начальная школа плюс До и После. –2007. – № 12. – С. 59-62.
5. Башмакова, С.Б. Организация коррекционной работы в процессе обучения младших школьников с минимальными нарушениями психического развития/методические рекомендации [Текст]: дис.кандидата пед. наук : 13.00.01, 13.00.03. / С.Б. Башмакова. – Киров: ВГГУ, 2004. – 163 с.
6. Белопольская, Н.А. Азбука настроения. Развивающая эмоционально-коммуникативная игра для детей 4-10 лет [Текст]/ Н.А. Белопольская. – М.: Когито-Центр, 2008. – 36 с.
7. Большой Российский энциклопедический словарь [Текст]. – М.: Большая Российская энцикл., 2009 – 1887 с.
8. Будасси, С.А. Способ исследования количественных характеристик личности в группе [Текст] / С.А. Будасси // Вопросы психологии. - 1971. - №3.- С. 138–143
9. Введение в гендерные исследования [Текст]: учеб. пособие для студентов вузов / И.В. Костикова [и др.]; под общ. ред. И. В. Костиковой. – М.: Аспект Пресс, 2005. – 235 с.
10. Вилюнас, В. К. Психология эмоций [Текст] / К. В. Вилюнас, Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Моск. ун-та, 1984. – 288 с.
11. Геркусова, М. Психология человека от рождения до смерти

[Текст]:/ М. Геркусова, О. Терехова. – СПб.: прайм ЕВРОЗНАК, 2002. - 656 с.

12.Голутвина, В. Как победить детские страхи: простые методики, которые помогут вашему ребенку ничего не бояться [Текст]/ В. Голутвина. – М.: Гелеос, 2008. –256 с.

13.Горбачевская, Н.Л. Возрастная динамика характеристик памяти мальчиков и девочек 6-12 лет [Текст]/ Н.Л. Горбачевская, Л.П. Якупова, А.Р. Лурия. – М., 1997. – 100 с.

14.Градусова,Л.В. Гендерная педагогика [Текст]: учебн. пособие /Л.В. Градусова. – М.:Флинта:Наука, 2011. – 320 с.

15.Григорович, Л.А. Педагогика и психология [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учебн. завед. / Л. А. Григорович, Т.Д. Марцинковская. – М.: Гардарики, 2003. – 480 с.

16.Гуров, В.А. Тревожность и здоровье младших школьников [Текст] / В.А. Гуров// Вестн. Томского гос. ун-та. – 2009. - С.56-59

17.Гусова, А.Д. Проблема психологической адаптации детей к обучению в школе [Текст] /А.Д. Гусова// Вестник университета. – 2012. –№ 8. –С. 230-232

18.Демко,Е.В.Педагогическая профилактика и коррекция агрессивности детей 6-7 лет [Текст] /Е.В. Демко, В.А. Петьков//Вестник Адыгейского гос. ун-та. Сер. 3, Педагогика и психология. – 2013. – С.32-40

19.Додонов, Б.И. Информационные теории эмоции [Текст] / Б.И. Додонов // Психологический журнал. – 2008. -№2. – С. 104-116

20.Дубровина, И.В. Практическая психология образования [Текст]/ И.В. Дубровина; перераб. и доп И.В. Дубровиной. – 4-е изд. – СПб.: Питер, 2004 – 592 с.

21.Еремеева, В.Д. Проблемы дифференцированного обучения: как научить каждого: методол. функции нейропсихологии в совершенствовании пед. практики [Текст] /В.Д. Еремеева. – СПб: ГНУ Ин-т образования взрослых, 2003 – 59 с.

22.Жукова, Е.И. Острота зрения, зрительное восприятие и факторы,

влияющие на них, у младших школьников [Текст] / Е.И. Жукова дис. канд. биол.наук: 03.00.13 / Евгения Александровна Жукова. – М., 2004. – 266 с.

23.Зинченко, В.П. Большой психологический словарь [Текст]: / В. П. Зинченко, Б. Г. Мещеряков. – АСТ; АСТ-Москва; Прайм-Еврознак; Москва; СПб; 2008 – 857 с.

24.Игнатъев, Е.И. Психология[Текст]:пособие для пед.училищ /Е.И.Игнатъев,Н.С.Лукин,М.Д.Громов. – М.: Просвещение, 1965. – 344с.

25.Изард, К. Эмоции человека [Текст]: пер. с англ. / К. Изард. – М.:Изд-во Моск. ун-та, 1980. – 440 с.

26.Изотова, Е.И. Эмоциональная сфера ребенка [Текст]: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. И. Изотова, Е. В. Никифорова. – М.: Академия,2004. – 288 с.

27.Кабаева, В.М. Особенности физиологического созревания и психического развития мальчиков и девочек. Различия в обучении и воспитании [Текст] / В.М. Кабаева. – М.:МГППУ, 2007. – С.11.

28.Кипнис, М. Ш. Тренинг лидерства [Текст] / М.Ш. Кипнис. – М.: ОСЬ-89, 2008. – 143 с.

29.Клецина, И.С. Практикум по гендерной психологии [Текст] \ И. С. Клецина. – СПб.: –Питер,2003. – 479 с.

30.Комарова, О.Н. Гендерное обучение и воспитание в начальной школе [Текст] / О.Н. Комарова // Вестн. Челябинского педагогического ун-та. – 2010. – С. 95-101

31.Кон, И.С. Мальчик - отец мужчины [Текст] / И.С. Кон. – Время, 2009. – с.32-36

32.Кон, И.С. Психология ранней юности [Текст]:/ И.С. Кон. – Просвещение, 1989. – 256 с.

33.Кошелева, А.Д. Эмоциональное развитие дошкольников [Текст]: пособие для воспитателей дет. сада / А. Д. Кошелева, А. В. Запорожец, Я. З. Неверович. – М.: Просвещение, 2003. –176с.

34.Крайг, Г. Психология развития [Текст]:/ Г. Крайг, Д. Бокум. – СПб.:

Питер, 2000.- 992 с.

35. Куинджи, Н.Н. Гендерный подход к обучению и воспитанию детей в школе: физиологические, гигиенические, и социальные аспекты [Текст] Н.Н. Куинджи. – НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН. – М.,2010. – 80 с.

36.Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет [Текст]:/ И.Ю. Кулагина. – 5-е изд. – М.: Изд-во УРАО, 1999. – 175 с.

37.Кулагина, И.Ю. Младшие школьники особенности развития [Текст]:/И.Ю. Кулагина. – М.:Эксмо, 2009. – 176 с.

38.Кулганов, В.А. Психогимнастика как метод коррекции психоэмоционального состояния дошкольников [Текст] / В. А. Кулганов // Дошкольная педагогика. – 2015. - №10. – С. 53-56

39.Лежнева, Н.В. Личностно – ориентированное образование в начальной школе [Текст]:/ Н.В. Лежнева. – Челябинск: МРТ, 2000. – 236с.

40.Малахова, Н.А. Диагностика и коррекция тревожности и страхов у детей [Текст] / Н.А.Малахова. – Детство-Пресс. 2016. – 208 с.

41.Малюков, А.Н. Психология переживания и художественное развитие личности [Текст]/ А. Н. Малюков. – Дубна: Феникс, 1999. – 256 с.

42.Марютина, Т.М. Введение в психофизиологию [Текст] /Т.М. Марютина, О.Ю. Ермолаев. – 2-е изд., испр. и доп. – М.:Флинта, 2001. – 400 с.

43.Мищенко, Л.В. Теоретические и методологические проблемы системного исследования пологендерного развития индивидуальности детей младшего школьного возраста [Электронный ресурс] / Л.В. Мищенко. – М.: Директ-Медиа, 2015. – 433 с.

44.Начальное образование: наука, практика, инновации [Текст]: коллективная монография / Е.Ю. Волчегорская, Н.А. Козлова, Н.П. Шитякова [и др.]; под общ. ред. Е. Ю. Волчегорской. – Челябинск: Изд-во Юж.- Урал. гос. гуман.-пед. ун-та, 2016. – 253 с.

45. Ольшанникова, А.Е. Эмоции и воспитание [Текст]: / А.Е. Ольшанникова. – М.: Знание, 1983. – 80 с.

46. Попова, Е.В. Психофизиологический анализ интеллекта и стратегий принятия решений у детей дошкольного и школьного возраста [Текст]: автореф. дис. канд. биол. наук: 19.00.02 / Е.В. Попова. – Архангельск, 2003. – 20 с.

47. Профилактические основы пололичностного (гендерного) подхода к обучению и воспитанию детей в школе [Текст] / Н. Н. Куинджи. – М.: Союз педиатров России, 2012. – 126 с.

48. Регуш, Л.А. Педагогическая психология [Текст]: учебное пособие / Л.А. Регуш, А.В. Орлова. – СПб.: Питер, 2011. – 416 с.

49. Рогов, Е.И. Эмоция и воля [Текст] / Е.И. Рогов. – М.: ВЛАДОС, 2001. – 240 с.

50. Самойлова, В.Г. Арт-терапия как одна из инновационных педагогических технологий коррекции эмоциональной сферы младших школьников [Текст]: учеб. пособие для студентов культурологического факультета ЧГАКИ / В. Г. Самойлова. – Челябинск, 2004. – 155 с.

51. Семенюк, Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения младших школьников и подростков и условия его коррекции [Текст] / Л.М. Семенюк. – М.: Флинта, 2003. – 176 с.

52. Семенюк, Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии [Текст]: учебное пособие для студ. / Л. М. Семенюк. – 4-е изд. – М.: МПСУ, – 2010. – 400 с.

53. Смирнова, Е.О. Детская психология [Текст]: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е.О. Смирнова. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 368 с.

54. Сосновский, Б. А. Психология [Текст]: учебник для педагогических вузов / Б.А. Сосновский. – М.: Высшее образование, 2008. — 660 с.

55. Тарасова, К.С. Гендерные различия в профиле социо-эмоциональной компетентности младших школьников [Текст] / К.С. Тарасова // Сборник

материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего школьного возраста». – 2015. - С. 30-34

56. Урунтаева, Г.А. Детская психология [Текст]: учебник для студ. высш. проф. образования / Г.А. Урунтаева. – М.: Академия, 2006. – 366 с.

57. Фетискин, Н.П. Психология гендерных различий [Текст]: учебное пособие / Н.П. Фетискин. – М.: НИЦ ИНФРА-М, 2014. – 256 с.

58. Фурманов, И.М. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция [Текст] / И.М. Фурманов. – Минск, 1996. – 192 с.

59. Хачатурова, Т.В. Обогащение лексического запаса младших школьников на основе использования лингвистических словарей [Текст]: дис. канд. пед. наук: 13.00.02 / Т.В. Хачатурова. – М., 2012. – 184 с.

60. Чемрова, Е.С. Метод танцевально-двигательной терапии в групповом консультировании младших школьников с повышенным уровнем тревожности [Текст] Е.С. Чемрова, Л.А. Маковец // Молодой ученый. – 2015. - № 1(81). – С.377-379

61. Чемрова, Е.С. Снижение уровня тревожности младших школьников на основе использования «физминуток» [Текст] Е.С. Чемрова // Молодой ученый. – 2015. – № 1(81). С.375-377

62. Червова, Ю.Г. Игровая психотерапия [Текст] / Ю.Г. Червова. – Старобелокуриха, 2015. – С.1-31

63. Чернышева Н.С. Характер младшего школьника [Текст]: учеб. пособие / Н.С. Чернышева. – М.: Флинта: Наука, 2006. – 306 с.

64. Шингаров, Г.Х. Эмоции и чувства как форма отражения действительности [Текст] / Г.Х. Шингаров. – Наука, 1971. – 224 с.

65. Эльконин, Д.Б. Детская психология [Текст]: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования / Д.Б. Эльконин. – 6-е изд. - М.: Академия, 2011. – 384 с.

66. Энциклопедия Кругосвет [Электронный ресурс]: <http://www.krugosvet.ru/>

67. Яновская, М.Г. Воспитывать, вызывая ответные чувства [Текст] М.Г. Яновская // Начальная школа. – 2016. - №1. – С. 8-14.

68. Hetherington, M.A, Gender roles and gender differences [Текст]: M.A Hetherington – University of Virginia. – 2014. – 310 с.

69. Salles, A. Age and gender-dependent development of the theory of reason in children 6-8 years old [Текст] A ,Salles // Interaction between emotions and social context: basic, clinical, and non-human data. – Frontiers. – 2013. – С.281-284.

Приложения

Приложение 1

Конспект занятия на тему: «Все живое чувствует, страдает»

Рассказ-эмоция – это литературный сюжет или рассказ очевидца с ярко выраженной, открытой идеей и содержанием, способным вызвать у младших школьников сильный эмоциональный отклик.

В младшем школьном возрасте мальчики бывают бесчувственными, иногда жестокими. Для предотвращения случаев жестокости, не приятного отношения к людям и животным, мы предлагаем учителю конспект, по работе с мальчиками у которых присутствует агрессия.

Задачи: способствовать снижению агрессии у мальчиков начальной школы, а также рассмотреть понятие жестокость через литературное произведение.

Ход занятия

1. Вводная часть

Приветствие

Учитель: Добрый день! Я рада вас видеть и очень хочу начать работу с вами. Хорошего вам настроения и успехов! Все ли готовы к уроку?

Дети: Да!

Учитель: Тогда вперед!

2. Сообщение темы занятия

Сегодня мы проведем интересные беседы, в ходе которых вы будете слушать рассказы и сказки, а затем вместе обсудим, и вы ответите на вопросы.

3. Основная часть занятия

Учитель: Сейчас я прочитаю вам рассказ из реальной жизни про мальчиков, которые выросли в интернате, а затем мы вместе обсудим, что правильного или неправильно сделали мальчики.

Учитель: Группа мальчиков, воспитанников школы-интерната, во время прогулки у пруда затеяла жестокую игру: они ловили лягушек и издевались над ними. На гневное возмущение воспитательницы ребята ответили: « Так ведь мы их испытываем на болевую выносливость! Ученые же все испытывают на лягушках....».

Учитель: Ребята, какой плохой поступок совершили мальчики? Правы ли они? Почему нельзя поступать так с животными?

Далее учитель рассказывает о пользе лягушек, и проводит этическую беседу «Что такое жестокость?» Наиболее сильным компонентом беседы становится чтение отрывка из повести В. Тендрякова: « - Смотрите все!

Санька не торопился, уставился в сторону сарая выпуклыми немигающими глазами, лениво раскачивал привязанную лягушку. А та висела на веревочке вниз головой, растопыренная, как рогатка, обмершая в ожидании расправы. На секунду лягушка перестала болтаться, повисла неподвижно. Санька подобрался. А Дюшка вдруг в эту короткую секунду заметил ускользавшую до сих пор мелочь: распятая на веревочке лягушка натужно дышала изжелта-белым мягким брюхом. Дышала и глядела бессмысленно выкаченным золотистым глазом. Жила вниз головой и покорно ждала...».

Вы прослушали отрывок из повести, какой вывод вы можете сделать?

Дети: что лягушки это живые существа, это жестокое обращение со стороны мальчиков. Такое поведение является неприемлемым в нашей жизни. Нужно совершать добрые поступки, которые нужны людям.

Учитель: правильно ребята, как говорят в народе: «все живое хочет жить» и «все живое чувствует, страдает». Как вы понимаете данное высказывание?

Действительно, каждое живое на планете чувствует всё, что происходит с ним и вокруг него. Поэтому люди осуждают и не принимают жестокость, это негативное качество любого человека.

Сегодня была очень серьезная тема занятия, и сейчас мы все вместе

попробуем расслабиться, сыграв в одну интересную игру, под названием «Доброе животное». Для этого встанем все в один большой круг и возьмемся за руки.

(Цель: способствовать сплочению детского коллектива, научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать)

Учитель: «Мы — одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох — делаем шаг вперед, на выдох — шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох — 2 шага назад. Вдох — 2 шага вперед. Выдох — 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук — шаг вперед, стук — шаг назад и т.д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе».

Учитель: Вам понравилась игра? Сейчас мы были одним дружным целым. Я хочу пожелать вам, чтобы вы всегда оставались такими же добрыми, дружными и вежливыми ребятами.

Заключительная часть занятия.

Рефлексия

О какой негативной черте характера мы сегодня говорили? Хорошо ли когда с животным жестоко обращаются? Какой вывод урока мы можем сделать?

Учитель: Всем спасибо за урок [67,с. 12-13].

Рекомендации для родителей по снижению агрессивности у мальчиков:

1. Прежде всего, нужно проанализировать собственное поведение и стиль отношений между членами семьи. Особенно обратить внимание на поведение папы и его отношения к маме, т.к. для мальчика моделью подражания является отец. Дети копируют поведение своих родителей.
2. Больше времени уделяйте своему малышу. Мальчикам требуется большей заботы, чем девочкам.
3. О проблеме агрессивности нужно говорить только с ребенком, не обсуждая данную проблему при сверстниках и других взрослых.
4. Наказание ребенка должно вызывать не боль, а желание исправиться.
5. Родители должны сами исключить в своем поведении черты агрессивности [58, с. 188-189].

Комплекс упражнений «Общение в психологическом комфорте»

Цель: научить мальчиков младшего школьного возраста умению легко входить в контакт, а также при разных ситуациях поддержать разговор во время общения, испытывая психологический комфорт.

В современном мире свободное и легкое общение является одной из проблем у детей младшего школьного возраста. Во дворах уже не увидишь, как незнакомые мальчики и девочки играют все вместе, дружно. Тема общения в начальных классах, актуальна и сейчас. Осознанное чувство сопереживания другому человеку, свободное взаимодействие и общение легче осваивается девочкам младшего школьного возраста. Мальчикам же сложнее вступить в диалог с незнакомым человеком.

Для более легкого общения, для умения легко войти в контакт, а также поддержать разговор, мы разработали комплекс упражнений и игр, для мальчиков.

Упражнение № 1 «Здравствуй, друг!»

Цель: научить умению легко войти в контакт, поддержать разговор и также непринужденно расстаться со своим собеседником

Учитель предлагает участникам провести серию встреч друг с другом, объединившись в пары. Для этого нужно начать разговор, сказать что-то приятное своему собеседнику и также на приятной ноте расстаться с ним. Время на установление контакта, взаимные приветствия, проведение самой беседы, завершение начатого разговора и прощание занимает 10 минут.

Примеры ситуаций:

- перед тобой человек, которого ты совершенно не знаешь, видишь его впервые, но тебе необходимо узнать, как проехать до нужного места в городе, где ты находишься впервые;

- тебя окликнули на улице, оглянувшись, ты увидел незнакомого человека, который также понял, что ошибся; ты начинаешь со слов...;
- перед тобой человек, который чем-то расстроен и никак не может успокоиться; подойди к нему, начни разговор, успокой его;
- ты приехал в детский оздоровительный лагерь, тебе нужно познакомиться и начать общение, и ты подходишь к человеку и начинаешь разговор со слов.....;

Учитель: Ребята, вы сейчас проигрывали ситуации, с которыми вы можете столкнуться в реальности. Что было сложнее всего? Что не вызвало затруднений? Какие эмоции вы испытывали при разборе ситуаций?

Учитель: сделаем вывод, что умение вести разговор позволяет человеку чувствовать себя более уверенно в этом мире, не избегать людей и получать удовольствие от общения с ними.

Данное упражнение позволяет мальчикам младшего школьного возраста увидеть способы общения с незнакомыми людьми, и при этом не испытывать чувство дискомфорта в различных ситуациях [28, с. 98].

Упражнение № 2

«Пойми меня»

Цель: развить умение действовать в коммуникативных ситуациях, при этом испытывать положительный эмоциональный комфорт.

Учитель: (нужен один мальчик).

Выбери для себя профессию, которая тебе ближе и которая тебе нравится, кем ты будешь. Например, учитель, врач или режиссер, и в соответствии со своей профессией составь 5-6 предложений, по которым ребята смогут отгадать представителем, какой профессии ты являешься. Например, “И вот все вышли на старт. 5,4,3,2,! – старт! (Ситуация – соревнование спортсменов, говорит спортивный комментатор).

Далее ребята меняются, чтобы все желающие могли выполнить упражнение.

Упражнение № 3

«Комплименты»

Цель: формировать доброжелательное отношение друг к другу. Дать понятие об индивидуальных особенностях людей. Привлекать мальчиков к общению, пробуждать желание находить и рассказывать хорошее о другом ребенке.

Ход: дети сидят в кругу и держатся за руки. Взрослый предлагает одному из них, глядя в глаза соседу, сказать ему несколько добрых слов или за что-то похвалить. Ребенок, которому говорят комплименты, должен поблагодарить за теплые слова, а потом сделать комплимент другому ребенку. Упражнение продолжается до тех пор, пока все дети не скажут и не услышат добрые слова.

Предложенный комплекс упражнений помогает детям:

- почувствовать уверенность в себе во время общения со сверстниками и взрослыми людьми;
- в процессе общения испытывать положительные эмоции;
- умение формулировать корректно свою речь;
- понимать собеседника не только с помощью слов, но и с помощью мимики и жестов [5,с. 29].

«Эмпатия»

Сопереживание другому человеку легче осваивается девочками. Способность к эмоциональной отзывчивости на неблагополучие другого, стремление облегчить или разделить его состояние. Мальчикам тяжелее проявлять чувство эмпатии, но для любого человека сопереживание, помощь в трудных ситуациях всегда важна.

Мы предлагаем комплекс тренингов и игр на развитие у мальчиков эмпатии.

Упражнение № 1 «Поделись со мной»

Цель: эмпатийная диагностика личностных качеств и расширение репертуара способов взаимопонимания.

Участникам тренинга предлагается записать на карточке 10 качеств. При необходимости учитель дает пояснение значений этих качеств. Затем каждый участник должен решить, какое качество присутствует у кого-либо из класса в большей степени, чем у него и подходит к этому человеку с фразой: "Пожалуйста, поделись со мной, например, твоим умением сопереживать" Тот участник, к которому обратились с просьбой, отмечает у себя на карточке это качество. Таким образом, нужно обойти весь класс, попросив у каждого какое-либо качество. На карточке каждого участника будут отметки о том, какие качества были у него востребованы другими, и какие качества он запрашивал сам

На данное упражнение отводится около 20 минут. После выполнения упражнения, все ребята садятся в круг для обсуждения. Обсуждение результатов может происходить, как по количественному, так и по качественному составу признаков.

Тренинг «Эмпатия и злость»

Цель: коррекция эмоциональной злости с помощью эмпатии.

Учитель: Ребята, вам нужно придумать или вспомнить ту ситуацию, которая когда-либо вызывала у вас злость. Далее вам нужно создать эмпатическое утверждение, т.е. эту же ситуацию превратить в ситуацию с использованием сопереживания.

Например:

Раздраженный человек говорит: «Ты никогда не делаешь того, о чем я тебя прошу!»

Эмпатический слушатель: «Ты не выполняешь мои просьбы, потому что я тебя чем-то обидел?».

Далее учитель прослушивает все ситуации мальчиков, для себя делает выводы, а потом проводится общий итог всего тренинга.

- Какие эмоции вы испытывали, когда придумывали раздраженную фразу?
- Что вы чувствовали, когда придумывали эмпатический ответ?
- Как вы думаете, что почувствует человек, который испытывал злость, когда услышит эмпатический ответ?
- Как вы думаете, чувство злости исчезнет, после эмпатического ответа? [6, с.22].

«Волшебная сказка»

Учет гендерных особенностей влияет на коррекцию и развитие эмоциональной сферы ребенка. Но иногда взаимодействие мальчиков и девочек необходимо для дальнейшего общения с противоположным полом. Они учатся выражать свои чувства, вместе сообща выполнять единую работу. Для конкретного случая нам поможет такой метод, как психогимнастика.

Психогимнастика учит ребенка справляться с жизненными трудностями. В ходе занятий по психогимнастике дети изучают различные эмоции и возможность управлять ими.

Цель психогимнастики: преодоление барьеров в общении, развитие лучшего понимания себя и других, снятие психического напряжения, создание возможностей для самовыражения.

Занятие рассчитано на детей возрастом 8-11 лет. Продолжительность занятия 40 минут. Оптимальное количество детей составляет 15-20 человек. Занятие включает работу:

- по снятию психоэмоционального напряжения,
- гимнастические упражнения;
- релаксационные игры.

Ход занятия

1. Вводная часть

Учитель: Здравствуйте, дорогие ребята. Я рада приветствовать вас на нашем необычном занятии. Для начала давайте поприветствуем, друг друга и подарим самую искреннюю и теплую улыбку.

Все встанем в круг и возьмемся за руки. Закройте глаза, и каждый передаст по руке искорку доброты. Как только вы почувствуете, что вам тихо сжали руку, значит, искорка доброты у вас, и вам нужно ее передать дальше. Приступим.

Учитель: Что вы почувствовали после такого упражнения?

Дети: Что мы одно целое и дарим друг другу заботу.

Учитель: А сейчас поприветствуем друг друга с помощью игры. Я даю вам игрушку, которую вам нужно будет передавать, а параллельно будет играть музыка. Как только музыка остановилась, и у кого игрушка осталась в руке, я говорю: «Здравствуй Света!», а вы все вместе повторяете «Здравствуй Светочка!». Всем все понятно?

(Игра заканчивается, когда игрушка побывает у каждого ребенка и окажется у учителя)

Учитель: Сегодня мы отправимся в необычное путешествие под названием «Волшебная сказка», где мы будем проходить испытания, знакомиться друг с другом ближе, а самое главное найдем то самое волшебное средство, без которого люди всего человечества не смогут прожить. Вы готовы?

Дети: да.

На чем можем поплыть?

Дети: на волшебном пароходе.

Учитель: Вот пароход наш идёт, и волны шумят,

А в пароходе этом ребята сидят.

«Ту-ту-ту, ту-ту-ту», – гудит пароход.

Далеко, далеко ребят он повёз.

Представьте себе, что наш пароход плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки. А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю, ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз.

Я хочу услышать, как шумит ветер!» (Упражнение можно повторить 3 раза).

Стоп! Приехали! И первое ребята, для вас испытание. Мы оказались на необитаемом острове, и чтобы выбраться, нам нужно сыграть в одну игру.

Вам нужно уместиться на одном большом куске ткани, это наш остров, что находится за тканью это вода. Поехали!

(включается музыка, и учитель загибает немного ткань)

Учитель: Ребята, ура! Мы оказались в стране «Волшебные сказки!», это только потому, что вы были дружным и сплоченным классом.

Посмотрите вокруг. Какая красота! (эмоции радостного восхищения)

2. Гимнастика

Здесь много животных, волшебных предметов, которые мы встречаем в сказках. Посмотрите, кто это пробежал?

Дети: Зайчик.

Давайте попрыгаем, как зайчики. Быстро, быстро, как будто зайчик убегает от волка. Радуемся, что убежали!

А теперь медленно крадемся, как лисичка за сыром.

Как здорово у вас получается.

А с повадками животных знакомы? В следующем испытании нам надо изобразить отгаданных животных. Предлагаю вам встать в круг. (*Имитация повадок животных*).

3. Релаксация

Учитель: Представим, что по пути в страну, мы встретили одну из самых красивых белых птиц. Как вы думаете, что это за птица?

Дети: Лебедь.

Учитель: Конечно, чтобы пройти нам дальше она дает вам задание: «Вам необходимо превратиться в птиц, вы узнаете секрет красоты и легкости, полетаете над землей, почувствуете свежесть ясного голубого неба. Оно очень похоже на море, тело в нем такое же легкое, гибкое, как в воде.

Что это? (небо). Небо – это голубое царство великолепных птиц. Одна из самых красивых лебедь: белая, как снег, с длинной гибкой шеей, золотистым клювом. Поднимите подбородок вверх. Да, именно такая шея у лебедя!

Выпрямите спинку, расправьте плечики. Вы прекрасны, такая шея у лебедя! Закройте глаза. Давайте подышим, как птицы. Вдох - выдох. После вдоха говорите про себя: «Я - лебедь», потом выдохните. Вдох: - «Я - лебедь» - выдох (3 раза). Хорошо!

Шея лебедя вытянута, напряжена, спина гордая, прямая. Широко раскиньте руки-крылья, шире, плавно. Молодцы!

Согните чуть-чуть в коленях ноги, напрягите их и... резко выпрямите... Глубокий вдох... и... о, чудо! Мы взлетели. Вдох – выдох (3 раза). Вдох - выдох. Можете свободно взмахнуть крыльями.

Тело, как пушинка, легкое, мы совсем его не чувствуем. Как радостно и свободно! Чистое голубое небо вокруг, приятная мягкая прохлада... тишина... покой... Вдох – выдох. (3 раза).

Под нами, как зеркало, блестит озеро. Можно присмотреться и увидеть в нем себя. Какая красивая, гордая птица! Вдох – выдох. Мы плавно летим, нам нравится и совсем не страшно.

Спустимся пониже, еще ниже, еще ниже. Вот уже совсем близко поле, лес, дом, люди. И вот ноги легко коснулись земли. Вытянем шейку, расправим плечи, опустим крылья.

Замечательным был полет! Вы большие молодцы, замечательно справились с заданием! В добрый путь, друзья мои!» (Упражнение направлено на снятие эмоционального напряжения).

4. Пантомима

Отправляемся дальше. Ребята, а вы не забыли, что мы должны найти?

Дети: Нет. Волшебное средство, без которого люди не смогут жить. А что это за волшебное средство?

Учитель: Сейчас вы это и узнаете. Друзья мои! Удивительная птица лебедь рассказала, что у нее есть друг, у него есть «Дом Смеха». И нас пригласили в это дом, вы рады?

В Доме Смеха живет очень веселый хозяин. Он хочет поприветствовать всех вас своим смехом и попросить, чтобы вы тоже

посмеялись вместе с ним. Похохочем?

Дети: Да.

Прекрасно! Наш добрый хозяин - тот еще выдумщик! Всем своим гостям он предлагает сложные задания. Как вы думаете, справитесь?

- Растянуть уголки рта в стороны (в улыбку) и расслабить.
- Вспомните сказку «Три медведя». Изобразите сердитого медведя.

Покажи, как испугалась Машенька, когда увидела Мишутку. Как обрадовались возвращению Машеньки ее родители.

- Изобразите злого колдуна, доброго доктора Айболита.
- Вспомните стихотворение «Зайку бросила хозяйка». Изобразите зайку, который остался мокнуть на скамейке. Покажите, какое у него было грустное лицо. Улыбнитесь, ваша улыбка поднимет ему настроение.

Вам случайно попали снежком в лицо, изобразите огорчение. Вы боитесь съезжать с горы – покажите, как вам страшно. Скатились с горы и не упали, изобразите веселье и радость.

- Вам случайно попали снежком в лицо, изобразите огорчение. Вы боитесь съезжать с горы – покажите, как вам страшно. Скатились с горы и не упали, изобразите веселье и радость.

Учитель: Хозяин такого замечательного и веселого дома передал нам послание.

«Ребята, вы очень дружные и весёлые. Умеете смеяться. Я дарю вам волшебное средство, которое вы так долго искали.

Учитель: Как вы думаете что это? (предположения детей)

Учитель: ...благодаря этому средству на планете живется легко и весело. Оно называется улыбка. Ура! Я вас поздравляю, теперь, когда вам станет грустно, вы можете воспользоваться волшебным средством!»

Учитель: Улыбка радует всех людей на планете, и даже животные умеют улыбаться. Улыбка может согреть своим теплом, показать дружелюбие и улучшить настроение.

5. Заключительная часть

Учитель: А теперь нам пора возвращаться обратно в класс, но с собой мы возьмем наше замечательное волшебное средство, чтобы оно никогда не покидало нас! (Макет улыбки) [38].

Куклотерапия, как метод коррекции страха у девочек

У девочек во всех возрастных группах склонность к страху выражена значительно больше, чем у мальчиков. Куклы с самого рождения были всегда интересной, интегрирующей игрушкой для девочек.

Поэтому мы предлагаем, такой метод психологической помощи детям, как куклотерапия. Игра всегда для детей неотъемлемая часть жизни, а у детей младшего школьного возраста в связи с тем, что они перешли в начальную школу, игра ушла далеко на второй план.

Куклотерапия, такой метод, где дети сами придумывают образ куклы, сами её выполняют и обыгрывают с ней различные сюжеты, при этом взаимодействуя с другими персонажами. Сюжетом игры становится то, что тревожит ребенка, та ситуация которую он проживал в реальной жизни. Содержанием игры выступает то, что воспроизводится детьми как главный момент деятельности и отношений между взрослыми в их взрослой жизни.

Конспект занятия по куклотерапии № 1 (вводное занятие)

Тема: «Жучка»

Цель: снижение уровня страха у девочек младшего школьного возраста

Форма занятия: групповая

План:

- 1.Организационная часть – разминка;
- 2.Основная часть – знакомство с куклами и их оживление;
- 3.Заключительная часть – подведение итогов занятия, проигрывание сказки «Репка»

Ход занятия

1. Организационная часть

Упражнение на снятие эмоционального напряжения, а также на сплочение команды.

«Восковая скульптура»

Девочки сидят в кругу с зажмуренными глазами и создают по очереди друг из друга одну и ту же скульптуру, оставаясь в вылепленной позе, пока не будет завершена последняя «копия».

2. Основная часть – знакомство с куклами и их оживление

Происходит приветствие от лица «Жучки» учителем. Педагог показывает, как нужно взаимодействовать с пальчиковой куклой.

Учитель проговаривает и одновременно показывает приемы кукловождения:

- работая с ширмой, ребенок должен ощущать, что кукла «идет» не проваливаясь и не слишком возвышаясь;
- держать куклу следует прямо. Наклон куклы осуществляется наклоном кисти руки. Талия куклы приходится как раз на запястье руки;
- уходить кукла должна постепенно — так же, как и входить;
- когда куклы «разговаривают», то слегка двигается та кукла, которая в данный момент «говорит»;
- говорящая кукла должна подчеркивать наиболее важные слова движениями головы или рук.

Несколько детей выходят и пробуют приемы.

Игра «Танец зверят»

Учитель раздает каждому куклу из своего архива, и разыгрывают представление танца. Это упражнение помогает детям ознакомиться с приемами кукловождения, и приобрести навыки овладения с куклами. Дети одевают на руку перчаточную куклу и повторяют за учителем.

Далее разыгрывается импровизация сказки «Репка».

Учитель: Персонаж Жучка, из какой известной сказки?

Дети: Репка

Учитель: Сейчас попробуем инсценировать сказку. Куклы отправляются в деревню, где разворачивается весь сюжет сказки.

3. Заключительная часть

Учитель от лица Жучки спрашивает детей: Чему научились? Какие приемы кукловождения запомнили? Дети в образах кукол дают ответы. Благодарят своих кукол и провожают их в домики.

Представленное занятие является вводным для детей младшего школьного возраста.

Конспект занятия по куклотерапии № 2

Тема занятия: «Волшебный мир»

Структура занятия:

- 1. Ознакомительная часть**
- 2. Выполнение кукол**
- 3. Презентация пальчиковой куклы**

Оборудование: белый лист бумаги А4, цветные карандаши, готовая пальчиковая кукла, ножницы, белый картон, 10 кусочков цветной бумаги (5 х 6 см), клей.

Продолжительность занятия: 2 урока по 40 минут.

1. Ознакомительная часть

Учитель: Ребята, здравствуйте. Сегодня мы будем в роли волшебников, которые осуществляют мечты их соседей Волшебного мира.

Учитель уходит за ширму и представляет куклу.

«Привет ребята. Меня зовут Фея. Злой колдун заколдовал всех моих друзей, помогите мне, осуществите мечты всех жителей Волшебного мира. Расколдуйте, пожалуйста, моих друзей. Для этого вам нужно их сделать с самого начала. Спасибо Вам!»

Учитель: Ребята, мы поможем Фее осуществить её мечту?

Дети: Да.

2. Выполнение кукол

Учитель: Теперь на белом листе бумаги нарисуйте персонажа, который вам нравится.

Учитель: Теперь попробуем перенести ваши задумки в реальность. Положите перед собой ваши заготовки и приступим. На листе картона нарисуйте голову и шею. Затем вырежьте её. Далее нужно выполнить держатель для куклы.

Возьмите кусочек бумаги. Сверните в трубочку и закрепите клеем. В надетую на палец трубочку нужно вставить голову. У всех получилось?

Теперь положите перед собой того персонажа, которого вы нарисовали. Посмотрите, что вам не хватает, чтобы осуществить её в реальность. Может одежду, или например бантик, туфли и т.д. Дети дополняют свои куклы.

3. Презентация пальчиковой куклы

Теперь девочки представляют свои куклы за ширмой, описывая их образ, внешность, что может доброго совершить кукла для волшебного мира. Не забывая про приемы кукловождения, и вспоминая образ Феи.

Дети могут придумать целый рассказ со своим персонажем. Тут проявляется фантазия каждого ребенка. Это способствует отвлечению от реального мира, уйдя в мир сказок и волшебства.

Учитель: Девочки, вы такие умницы. За 2 занятия вы многому научились. Смогли представить своих персонажей, и рассказали очень интересные истории. У нас с вами сегодня получился свой «Волшебный мир».

Прячась за куклами, дети часто говорят то, что не сказали бы в обычной жизни. Проигрывая те ситуации, которые их волнуют. рассказывая кукольным героям о своих страхах и переживаниях [12, с.125].

Проанализировав результаты сравнения уровня тревоги у мальчиков и девочек, значительно выше наличие тревоги у мальчиков. Это состояние возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию и может быть разным по интенсивности и динамичным во времени. Состояние тревоги, как правило, сопровождается сильным зажимом различных групп мышц.

Поэтому релаксационные и дыхательные упражнения для данной категории детей просто необходимы. Одним из таких видов упражнений являются «физминутки». Они расслабляют группы мышц, что приводит к снятию эмоционального напряжения.

Как снять тревогу мальчикам?

Комплекс «физминуток» для снятия уровня тревоги у мальчиков младшего школьного возраста

1. «Драка»

Цель: расслабить мышцы нижней части лица и кистей рук и способствовать проявлению тревоги.

«Вы с другом поссорились. Вот-вот начнется драка. Глубоко вдохните, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавите пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь: а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!»

2. «Волшебный стул»

Цель: способствовать повышению самооценки ребенка, улучшению взаимоотношений между детьми.

Оборудование: корона, стул.

Это упражнение можно использовать на протяжении длительного времени, включать его, как физминутку во время занятий.

Учитель предварительно готовится к данному упражнению. Ему необходимо найти информацию о происхождении имен мальчиков, которые присутствуют в классе.

Учитель проводит небольшую вступительную беседу о происхождении имен. Далее сообщает ученикам, что мы узнаем тайну каждого имени. При этом имена детей. У которых присутствует наличие тревоги лучше называть в середине упражнения.

Когда учитель говорит о чем-то имени, этот ребенок надевает корону, и садится на стул, он становится королем.

3. «Насос и мяч»

Цель: снятие мышечного напряжения

Учитель объясняет суть упражнения: «Ребята, разбейтесь на пары. Один из вас - большой надувной мяч, другой будет надувать мячик насосом. Мяч стоит, расслаблен, на полусогнутых ногах, руки опущены и голова тоже. Это значит, что мяч не наполнен воздухом. Его нужно надуть. Для этого второй человек из пары будет надувать мяч. При этом издавая звук «сссс». Мяч надувается всё больше и больше.

Как только мяч слышит звук «с», он начинает надуваться, т.е. постепенно выпрямляются руки, ноги, голова.

Мяч надут. Насос перестал накачивать. Товарищ выдергивает из мяча шланг насоса. Из мяча с силой выходит воздух со звуком «ш». Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение». Затем играющие меняются ролями.

4. “Муха на носу”

Цель: снятие мышечного напряжения.

С напряжением сморщите нос. Представьте, что вы хотите согнать с носа муху. Держите это напряжение столько, сколько сможете. А теперь расслабьте. Когда вы делаете это, то ваши щеки, рот, лоб помогают вам. Когда вы расслабляете нос, то расслабляете все лицо. Наморщите лоб с

напряжением, затем расслабьте. Сделайте ваше лицо гладким. Нигде нет морщин. Почувствуйте лицо расслабленным, прекрасным.

5. «Добрый Гулливер»

Цель: понижение нервного возбуждения, снятие эмоционального напряжения.

Дети встают в круг, а у учителя есть маленькая машинка, которая помещается в руку. Дети её не видят.

Учитель: Ребята, у меня есть волшебный предмет, который подарит нам в классе больше доброты каждому из вас.

Далее учитель обходит всех детей и незаметно кладет кому-нибудь в руку машинку. Затем произносить слова: «Кто сегодня всех добрей, выходи ко мне скорей!» тот, у кого машинка должен выбежать в центр круга. Этот человек становится добрым Гулливером. Он дотрагивается до кого-либо из детей машинкой, и говорит о нем что - то доброе. Тот, до кого дотронулся Гулливер, должен сказать что-то доброе о своем соседе, который в свою очередь говорит доброе следующему по кругу человеку и т.д. Последний в круге повторяет все доброе, что дети сказали друг о друге [61].

Для преодоления у детей тревоги, работу нужно осуществлять не только педагогу, но и участие родителей в снятии мышечного напряжения, а также эмоционального должно быть активным.

Поэтому мы предлагаем рекомендации для родителей по профилактике тревоги у мальчиков младшего школьного возраста:

1. при общении с ребенком не обсуждайте в негативном контексте важных для него людей;
2. отмечайте успехи ребенка, желательно в присутствии близких людей;
3. не употребляйте слова, которые унижают достоинства ребенка;

4. нельзя угрожать детям невыполнимыми наказаниями: ("Замолчи, а то рот заклею!");
5. чаще говорить ласковые и добрые слова ребенку, необходимо чаще обнимать ребенка;
6. необходимо доверять ребенку. Недоверие порождает тревогу, неуверенность, внутренние конфликты;
7. важно сохранить эмоционально глубокие отношения с ребенком для оказания ему помощи и поддержки [40,с. 199].

Метод танцевально-двигательной терапии по снятию стресса у девочек

Все девочки младшего школьного возраста любят танцевать. Такой метод коррекции поможет ученицам восстановить и улучшить межличностную коммуникацию, тем самым повысить самооценку ребенка, а также способствуют снижению стресса.

Танец - это универсальное средство общения, эффективный фактор личностного и духовного роста, способ развития у него позитивной самооценки, мировосприятия, эмоционально-ценностного отношения к самому себе и окружающему миру.

Методы и техники танцевально-двигательной терапии можно использовать в двух формах: индивидуальной и групповой. Мы предлагаем конспект занятия для групповой форм работы.

Тема занятия: «Танец в жизни»

Цель: освобождение тела от физических нагрузок, снятие эмоционального стресса

Этапы работы:

1. Разогрев
2. Основная часть деятельности
3. Заключительная часть.

Оборудование: музыкальный центр, музыкальные записи, газтовые платочки,

1. Разогрев

Время: 3 минуты

Педагог приглашает учениц встать в круг. Сейчас я буду показывать часть тела, а вы каждый сам придумываете движения, только используя данную часть тела. Например, показ руки. Танцует только рука (показ педагога, как пример выполнения).

Вопросы для обсуждения:

- ✓ Какой танец было легко исполнить, какой трудно?
- ✓ Что чувствовали во время исполнения танцев?
- ✓ Сложно или легко было придумать свои движения?

2. Основная часть деятельности

Упражнение «Зеркало»

Продолжительность: 5 минут

Для этого нужно разделить на пары. Сначала один человек показывает движения, а другой за ним повторяет. Затем вы меняетесь. Движения могут быть самыми различными. Создайте свой красивый танец.

Сегодня на улице пасмурно и нам не хватает не много солнышка. Сейчас мы с вами попробуем вместе увидеть замечательные, яркие лучи солнца.

Упражнение «Улыбающееся солнышко»

Цель: снятие мышечных зажимов и телесных напряжений, а также снятие стресса.

Время: 15 минут.

Девочки начинают двигаться хаотично под музыку по залу. Затем педагог обращает их внимание на ступни. Ученицы изучают движение сначала правой, затем левой ступни.

Педагог предлагает детям представить, что у них на пятках появилось солнышко, показывают его всем, дарят его улыбку.

Далее солнышко перемещается на другие части тела, например локти, рука, голова и т.д. При этом меняется музыка от медленной к быстрой, и наоборот.

Танец «Оживление сада»

Цель: снятие напряжения и стресса, с помощью танца

Оборудование: газовый платок, музыкальный центр

Время: 7-10 минут

Расположитесь там, где вам удобнее. Вы можете лечь, сесть или стоять. Сейчас вы будете волшебницами-садовницами. У вас каждой есть волшебный платок, с помощью которого вы сможете оживлять цветы, слышать пение птиц и многое другое.

Включается медленная красивая музыка.

Представьте, что вы входите в заброшенный сад. И становитесь его садовником. Вы каждая видите свой особенный сад. Вы хотите навести там порядок и красоту. Возьмите платочки и представьте, что это волшебные палочки.

Перемещайтесь по залу, представляйте пение птиц, может даже шум речки.

Превратите свой сад в нечто красивое и необычное. Пусть всё вокруг вас оживает, цветет и пахнет.

Девочки, с помощью газовых платочков танцуют в свободном передвижении по всему залу. При этом у детей включается фантазия, воображение, и самое главное происходит отвлечение от реальной действительности.

3. Заключительная часть

Упражнение «Групповая скульптура»

Цель: развитие коммуникативности у девочек младшего школьного возраста

Время: 5 минут

Каждый участник - одновременно и скульптор, и глина. Он находит свое место в соответствии с общей атмосферой и содержанием композиции. Вся работа происходит в полном молчании. В центр комнаты выходит первый участник (им может быть любой желающий или назначенный педагогом человек) и принимает какую-то позу. Затем к нему пристраивается второй, третий пристраивается уже к общей для первых двух участников композиции. Выполняя это упражнение, необходимо:

-действовать в довольно быстром темпе;

-следить, чтобы получающиеся композиции не были бессмысленной мозаикой изолированных друг от друга фигур [60].