

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

Педагогічний факультет

Кафедра педагогіки та психології дошкільної та початкової освіти

**РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ
ЗАСОБАМИ КІНЕЗІОЛОГІЧНИХ ІГОР ТА ВПРАВ**

Кваліфікаційна робота (проект)

на здобуття ступеня вищої освіти «бакалавр»

Виконала: студентка 4 курсу 11-441 групи

Спеціальності 013 Початкова освіта

Спеціалізація: логопедія

Освітньо-професійної (наукової)

програми Початкова освіта

Молдованенко Юлія Володимирівна

Керівник к.пед.н., доцентка Владимірова А.Л.

Рецензент к.пед.н., доцентка Щедролосоєва К.О.

ЗМІСТ

ВСТУП		3
РОЗДІЛ 1	Теоретичні основи розвитку емоційної сфери молодших школярів засобами кінезіологічних ігор та вправ	6
1.1.	Вікові особливості емоційної сфери молодших школярів	6
1.2.	Форми, види та функції емоцій і почуттів	10
1.3.	Освітня кінезіологія як «звукова» мова тіла	12
РОЗДІЛ 2	Методика розвитку емоційної сфери учнів початкової школи засобами кінезіологічних ігор і вправ	15
2.1.	Принципи, методи та прийоми проведення кінезіологічних ігор і вправ із учнями початкової школи	15
2.2.	Методичні рекомендації до розвитку емоційної сфери учнів початкової школи засобами кінезіологічних ігор і вправ	18
ВИСНОВКИ		22
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ		24
ДОДАТКИ		26
	Додаток А Кодекс академічної доброчесності здобувача вищої освіти Херсонського державного університету	26

ВСТУП

Актуальність теми дослідження. Розвиток емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку все частіше стає об'єктом дослідницького інтересу психологів, а також приваблює увагу науковців, педагогів-практиків, вчителів музичного та хореографічного мистецтва. Відомо, що саме емоційність із перших днів життя стає основою практично всіх психологічних новотворів.

Молодший шкільний вік охоплює період життя дітей від 6 – 7 до 10 – 11 років і визначається важливою подією в житті дитини – це школа. В першокласників змінюється емоційна сфера, хоча в певній мірі зберігається характерна властивість бурхливо реагувати на окремі ситуації та події. Розуміння логіки й механізмів розвитку емоційної сфери дітей наставляє вчителя знати не тільки реальні обставини життя учня, але й про його переживання, що відображаються у поведінці та навчальній діяльності.

Діти вразливі та емоційно чуйні до навколишнього середовища. Перш за все, вони сприймають наочні, яскраві та живі об'єкти або властивості предметів, що викликають у них безпосередній емоційний відгук. Відповідне оцінювання вчителя, колективу класу, а також батьків народжує в дитині певні переживання: радість від похвали, прикрість, задоволення, переживання своїх недоліків у порівнянні з однолітками та ін. Від емоційного стану та здібностями управляти ним залежить успішність навчання.

В освітньому процесі емоційна сфера молодшого школяра характеризується лабільністю, безпосередністю та експресивністю (І.Бех, Л.Божович, Л.Виготський, Д.Ельконін, В.Котирло та ін.).

Питання розвитку емоційної сфери молодших школярів розглядають сучасні науковці Н.Баташева, В.Галущенко, І.Лисенкова, Л. Груша та ін.).

Останнім часом відзначається збільшення кількості дітей із різними порушеннями в розвитку, із труднощами в адаптації і навчанні та відхиленнями в психічному розвитку, що проявляється у особливостях поведінки, організації діяльності та емоційній сфері.

До факторів, що негативно впливають на розвиток можна віднести погіршення екологічної й соціальної обстановки, інфекції, алкоголь, паління, наркотики, відсутність диференційованого підходу до навчання, завищені вимоги сучасної освіти, що випереджають темпи розвитку головного мозку дитини.

Розвитку розумових здібностей і фізичного здоров'я допоможуть кінезіологічні ігри та вправи (Т.Малашій, І.Шеремет, К.Василенко, П.Деннісон, Г.Деннісон, О.Качан, С.Притковська, Л.Самойленко та ін.).

Під впливом кінезіологічних тренувань в організмі відбуваються позитивні структурні зміни, які допомагають виявити сховані здібності людини та розширити межі можливостей діяльності її мозку. Сила, рівновага, рухливість, пластичність нервових процесів здійснюється на більш високому рівні. Удосконалюється регулююча й координуюча роль нервової системи.

Вищесказане визначило проблему нашого дослідження: **«Розвиток емоційної сфери молодших школярів засобами кінезіологічних ігор та вправ».**

Мета дослідження: вивчити специфіку емоцій і почуттів молодших школярів засобами кінезіологічних ігор та вправ.

У відповідності з метою дослідження були висунуті наступні **завдання:**

1) вивчити психолого-педагогічну та загальнодидактичну літературу з проблеми дослідження і розкрити сутність поняття «емоційна сфера», «кінезіологія» у сучасній педагогіці;

2) розглянути форми, види та функції емоцій і почуттів;

3) проаналізувати освітню кінезіологію як «звукову» мову тіла;

4) визначити принципи, методи та прийоми проведення кінезіологічних ігор і вправ із учнями початкової школи;

5) розробити методичні рекомендації до розвитку емоційної сфери учнів початкової школи засобами кінезіологічних ігор і вправ.

Об'єкт дослідження – розвиток емоційної сфери учнів початкової школи в освітньому процесі початкової школи засобами кінезіологічних ігор і вправ.

Предмет дослідження: кінезіологічні ігри та вправи на уроках музичного мистецтва.

У ході дослідження використовувалися наступні групи **методів:**

Теоретичні методи дослідження: вивчення і аналіз психолого-педагогічної літератури з метою визначення понятійного апарату; аналіз, порівняння й узагальнення педагогічної практики шляхом вивчення концептуальних авторських підходів до зазначеної проблеми.

Емпіричні методи дослідження: ігрові методи та прийоми розвитку емоційної сфери, бесіди, спостереження, вивчення й узагальнення результатів масового та індивідуального педагогічного досвіду.

Експериментальна база дослідження. Експеримент за темою дослідження проходив на базі виробничої педагогічної практики в Херсонській загальноосвітній школі I – III ступенів № 55 Херсонської міської ради.

Матеріали дослідження обговорювалися на засіданнях кафедри педагогіки дошкільної та початкової освіти Херсонського державного університету.

Структура роботи. Бакалаврська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатку.

РОЗДІЛ 1

Теоретичні основи розвитку емоційної сфери молодших школярів засобами кінезіологічних ігор та вправ

1.1. Вікові особливості емоційної сфери молодших школярів

Основи знань закладаються у молодшій школі, впусcene в цьому віці важко буде відновити згодом, тому зростає актуальність прогнозування й корекції розумового розвитку молодших школярів. В. Котирло вказує, що з віком зменшується кількість відкритих, високо емотивних дітей, які позитивно відносяться до навколишнього [11].

Процес навчання молодших школярів повинен спиратися на гармонічну відповідність між віковими та індивідуально-психологічними особливостями учнів, що визначаються перевагою мислення правої півкулі мозку, яка передбачає використання наочно-образного матеріалу.

Існує кілька типів функціональної організації двох півкуль мозку:

Домінування лівої півкулі – це словесно-логічний характер пізнавальних процесів, схильність до абстрагування і узагальнення.

Домінування правої півкулі – це конкретно-образне мислення, цілісне сприйняття і розвинена уява;

Отже, домінування однієї із півкуль виражається у різних засобах організації та сприйманні масової інформації.

Американський психолог Г.Гарднер виокремлює сім типів інтелекту, які необхідні для навчання школярів: вербальний, візуально-просторовий, міжособистісний, логіко-математичний, музичний, тілесно-кінестетичний, внутріособистісний. За спостереженнями науковців у сучасній школі в основному використовуються вербальний і логіко-математичний типи інтелекту [5].

С.Гончаренко розкриває значення терміну «емоція», як «реакції людини і тварин на дію внутрішніх і зовнішніх подразників, які мають

яскраво виражене суб'єктивне забарвлення і охоплюють усі види чутливості й переживань. Завдяки емоціям люди не лише відчувають, сприймають, уявляють чи розуміють навколишню дійсність, а й переживають її. Сукупність емоцій і почуттів становить емоційну сферу людини. Розвиненість почуттів, здатність оптимально управляти своїми емоціями визначають емоційну культуру особистості» [7, с. 116].

Емоції за характером зміни фізіологічних процесів поділяються на стенічні та астенічні – це короткочасні переживання різної сили, які за зміною ситуації змінюють одне одного (внутрішній підйом, насага – зниження життєдіяльності, занепокоєння, душевна пригніченість та ін.).

Емоції – це комплекс соматичних і вегетативних реакцій, що виражають ставлення людини до себе, а також до зовнішнього світу.

Соматичний компонент емоцій виражається в позі, характері поведінки, міміці, жестах та ін.

Емоційна сфера особистості – це переживання (можливості конкретного об'єкта задовольнити потребу індивіда) і почуття. Почуття – це емоційні переживання людини, що розглядаються як емоції та емоційні стани, що виконує ряд функцій, таких як стимулююча, регуляторна, усунення інформаційного дефіциту, основною серед яких є оціночна.

О.Запорожець розуміє емоції, як «стани, що пов'язані з оцінкою значимості для індивіда діючих на нього факторів і які виражаються, насамперед, у формі безпосередніх переживань задоволення або незадоволення його актуальних потреб, і є одним з головних регуляторів діяльності» [9].

Існує ряд умов, від яких залежить розуміння дітьми того чи іншого емоційного стану.

Г.Бреслав виділяє наступні умови:

- від знака й модальності емоції: позитивні емоції діти розпізнають краще (радість), ніж негативні (гнів, страх), однак здивування (інтерес) розуміється дітьми погано, хоча ця емоція відноситься до позитивних;

- від віку і накопиченого досвіду в різних життєвих ситуаціях, в різному емоційному мікрокліматі: такий досвід накопичується у дітей стихійно, але його збагачення може бути і спеціально організоване, що підвищує можливості дітей розуміти емоційний стан;

- від ступеня володіння дитиною словесними позначеннями емоцій;

- від уміння дитини виділяти експресію і диференціювати її елементи, що передбачає сформованість у певному ступені еталонів вираження станів [2].

Т. Овсієнко пише: «Слово і музика організовує і регулює рухову сферу дітей, що активує їх пізнавальну сферу, викликає у дітей позитивні емоції, підвищує тонус кори головного мозку, тонізує ЦНС, підсилює увагу, стимулює дихання, кровообіг, покращує обмін речовин, що необхідно для досягнення результатів у корекційній роботі» [13].

До 8 – 9 років у молодших школярів більше розвинена права півкуля. У подальшому зростає активність лівої півкулі, що відбувається разом з появою різних складних понять, розвитком абстрактного мислення, навичок читати, писати, рахувати.

В наш час більшість учнів приходять у школу не підготовленими до нового спілкування. Для більшості дітей темп розвитку в початковій школі триває 1 – 2 роки та характеризуються різною віковою динамікою розвитку емоційної сфери, що обумовлює різну готовність дітей до навчання.

Когнітивна діяльність молодших школярів характеризується рядом вікових особливостей. Недостатньо розвинені здібності до логічного та

образного мислення приводить до значних труднощів у молодших школярів, особливо це відзначається на математиці та граматиці.

Д.Ельконін відзначає, що «перехід процесів мислення на новий щабель і пов'язана із цим перебудова всіх інших процесів і становлять основний зміст розумового розвитку в молодшому шкільному віці». Молодша школа – це перехід від наочно-діючого й образного мислення до словесно-логічного мислення на рівні конкретних понять. У цей час розкриваються загальні та спеціальні здібності школярів, що дозволяють говорити про їхню обдарованість [19].

Увага, як психічна функція забезпечує мобілізаційну готовність організму та виборче реагування на зовнішні впливи й конкретні ситуації. Учень четвертого класу повинен характеризуватися такими новотворами, як воля, рефлексія, внутрішній план дій. Інтелектуальний розвиток у молодшому шкільному віці йде за такими напрямками як засвоєння і активне використання мовлення як засобу мислення, а також розвиваються навчальні навички, контроль і саморегуляція.

Розвиток учнів початкової школи визначається чотирма видами діяльності: навчальною, ігровою, трудовою і комунікативною.

Велике значення для інтелектуального розвитку школярів, крім навчання й праці, має спілкування. Учитель і батьки, в першу чергу виступають для молодших школярів у ролі зразків для наслідування.

Якщо першокласники не здатні до повноцінної саморегуляції, то учні 3 – 4 класів вже можуть управляти собою зовні – своєю поведінкою, психічними процесами й почуттями.

До кінця молодшого шкільного віку формується комплекс спеціальних особистісних властивостей, від яких залежить мотивація досягнення успіху: в старшому дошкільному та у молодшому шкільному віці в провідних видах діяльності: у дошкільників – це гра, а в молодших школярів – навчання.

Таким чином, вікові особливості емоційної сфери молодших школярів повинні бути спрямовані на вдосконалення способів навчання. Для подолання наявних порушень в учнів і попередження розвитку патологічних станів та зміцнення психічного здоров'я дітей необхідним є проведення комплексно психокорекційної роботи.

1.2. Форми, види та функції емоцій і почуттів

Емоції й почуття включаються в усі психічні процеси та стан людини. Будь-які прояви активності особистості супроводжуються емоційними переживаннями. Це тотожні психічні процеси, що утворюють єдину підструктуру особистості – емоційну сферу. Але разом з тим *емоції* здатні передбачати ситуації та події, які реально ще не наступили, і виникають у зв'язку із пережитими раніш або уявлених щохвилини ситуаціях. Емоції пов'язані із задоволенням природних потреб.

Емоція – це переживання. Емоції часто неусвідомлювані, тому їх дуже складно співвіднести з певним об'єктом. Та сама емоція може бути пов'язана з різними об'єктами. Виразні рухи є важливим компонентом емоцій, зовнішньою формою їхнього існування

До виразних *форм емоцій* відносяться наступні:

- жести (рухи рук);
- міміка (рухи м'язів обличчя);
- пантоміміка (рухи всього тіла);
- емоційні компоненти мови (тембр, сила інтонації голосу), вегетативні зміни (почервоніння, збліднення, потовідділення).

Почуття властиві тільки людині та носять предметний характер, що пов'язаний із уявленням або ідеєю про деякий об'єкт. Вони виникають при задоволенні соціальних і духовних потреб.

Форми прояву почуттів:

Афект – це сильне та короткочасне емоційне переживання людини, що виникає раптово й супроводжується різкими як руховими змінами так і змінами стану внутрішніх органів.

Стрес – це стан психічної напруги, що виникає в людини в процесі діяльності у повсякденному житті. Первинна реакція (тривожність) виступає вираженням загальної мобілізації захисних сил організму.

Настрій – це загальний емоційний стан людини, що характеризує його життєвий тонус протягом певного часу. Він буває радісним, спокійним, сумним, бадьорим, подавленим та ін.

Пристрасть часто проявляється із пізнавальними й волевими якостями у любові людини до інших людей, до науки, мистецтва, спорту та ін.

Виділяються кілька *основних функцій* емоцій і почуттів: сигнальна, мотивуюча, комунікативна, стабілізуюча, оцінна та ін.

Сигнальна сповіщає про те, як іде процес задоволення потреб суб'єкта.

Мотивуюча функція емоцій сповіщає про страх, подив, занепокоєння та ін.

Комунікативна функція емоцій свідчить про те, що без емоційних проявів важко уявити будь-яку взаємодію між людьми.

Оцінна функція емоцій. Емоція виступає узагальненою оцінкою ситуації, у якій перебуває суб'єкт.

Стабілізуюча (захисна) функція емоцій є регулятором поведінки, що втримує життєві процеси в оптимальних межах задоволення життєдіяльності даного суб'єкта.

Всі *види емоцій і почуттів* пов'язані із індивідуальними психічними особливостями людини, а також із його особистістю і тілом. По тривалості впливу емоції можуть бути короткостроковими й тривалими:

- *Позитивні види емоцій* спонукають особистість до позитивної оцінки явища або об'єкта (любов, радість та ін.). Результат завжди позитивний.
- *Негативні види емоцій* (страх, гнів та ін.) протилежні позитивним. Вони спонукають людину на подолання перешкод.
- *Нейтральні види емоцій* – в залежності від потреб.

Отже, види, форми та функції емоцій і почуттів є яскравим свідченням взаємозв'язку емоційних та інтелектуальних процесів. При цьому почуття виступають як своєрідний регулятор розумової діяльності.

1.3. Освітня кінезіологія як «звукова» мова тіла

Освітня кінезіологія допомагає учням можливість ефективно засвоювати інформацію, успішно опанувати навіть надскладні інтелектуальні дії. Засновниками освітньої програми «Гімнастика Мозку», в основі якої лежить активізація природних механізмів роботи мозку людини (фізичні рухи тіла) є Пол Деннісон і Гейл Деннісон.

Т.Малашій доводить, що «Кінезіологія – унікальний практичний інструмент відновлення здоров'я. Це іноваційний, цілісний підхід до діагностики функціональних порушень у системах організму, структурних, біохімічних, психо-емоційних, енерго-інформаційних, з позиції єдинства та взаємодії внутрішнього світу і зовнішнього. Методи кінезіології допомагають активувати вроджену властивість організму до самовідновлення та зцілення, дають можливість збалансувати організм, щоб він міг реагувати на зовнішній вплив гармонійно та вчасно, згідно мети» [22].

Для досягнення позитивних результатів здоров'язберезувальної спрямованості освітнього процесу та корекційного впливу на учнів доцільним є використання методів кінезіології:

- логопедична музична ритміка;

- кінезіологічні музичні ігри та вправи;
- вправи з елементами масажу біологічно активних зон (руки, голова, шия, плечі та ін.);
- біоенергопластика (поєднання рухів артикуляційного апарату з рухами кисті руки);
- розвивальні музично-дидактичні ігри.

Логопедична музична ритміка – одна із форм кінезіології, що впливає на виховання та лікування і дозволяє прискорити процес усунення мовленнєвого порушення, що сприяє соціалізації дитини. Це виховання і розвиток почуття музичного ритму через рухи шляхом розвитку слухової уваги та мовлення.

В ігровій формі діти засвоюють і закріплюють поняття про колір, величину та форму предметів, у них розвивається почуття ритму, динамічний і тембровий слух. Учні оволодівають рухами загальної і дрібної моторики. Усі вправи проводяться за наслідуванням. Мовний і музичний матеріал попередньо не розучується.

Творчі уроки є неповторним, цікавим, яскравим та водночас можуть вирішити багато складних корекційних завдань, а також допомогти учням повірити в свої можливості, полегшити їй процес адаптації в суспільному житті.

А. Владимірова констатує «За допомогою інтегративних та емоціогенних технологій у дітей з'являється стимул до участі у різних формах самовираження, що розвиватиме їхні здібності й сприятиме зміцненню психічного, духовного та фізичного, здоров'я» [12, с. 198].

Головне завдання учителя – навчити учнів керувати своїми м'язами – це одне із головних завдань корекції музичних, мовленнєвих і ритмічних порушень. Корисно використовувати діалоги, інсценування, хореографічні вправи тощо.

Біоенергопластика – це одночасні рухи тіла, рук та артикуляційного апарату. Якщо вони пластичні спокійні та розкуті – це

допомагає активізувати природний розподіл біоенергії в організмі дитини.

Розвивальні музично-дидактичні ігри спрямовані на:

- розвиток дрібної моторики рук під музичний супровід;
- покращення координації дрібних рухів пальців рук;
- розширення тезаурусу;
- розвиток просторових уявлень;
- розвиток наочно-образного мислення, уваги, пам'яті та ін.

Таким чином, завдяки систематичному втіленню освітньої кінезіології як «звукової» мови тіла, в молодших школярів розвивається і творча уява, і цілісне сприймання, і рухова пам'ять і музичні здібності. Завдяки цьому підвищується якість освітнього процесу, що сприяє соціалізації та адаптації учнів початкової школи до життя в соціумі.

РОЗДІЛ 2

Методика розвитку емоційної сфери учнів початкової школи засобами кінезіологічних ігор і вправ

2.1. Принципи, методи і прийоми проведення кінезіологічних ігор і вправ із учнями початкової школи

Все частіше вчителі початкової школи розглядають проблему актуалізації та закріплення будь-яких тілесних навичок, звертають увагу на такі психічні функції як сприйняття, емоції, пам'ять, процеси саморегуляції і приходять до висновку, що тільки засобами корекційно-розвиваючих засобів створюється базова передумова для повноцінної участі цих процесів у оволодінні читанням, писанням, математичними навичками, пісенними та хореографічними навичками.

Розвиток дитини – це велика й дрібна моторика, розвиток і тренування вестибулярних функцій.

Займаючись корекційно-розвивальною роботою, вчитель початкової школи повинен дотримувати наступних принципів:

Принцип єдності діагностики й корекції: попередня і наступна корекція.

Принцип нормативності розвитку: вікові особливості розвитку дитини.

Принцип природовідповідності: особливості психофізіологічних особливостей дитини.

Принцип ускладнення й удосконалювання наявного рівня психічного розвитку дитини.

Принцип створення зони найближчого розвитку (корекційна робота випереджального характеру, формування психологічних новотворів).

Принцип системності розвитку.

Діяльнісний принцип.

Принцип єдності вікового й індивідуального розвитку;

Принцип єдності корекції й розвитку.

Корекційно-розвиваюча робота дає результат тільки за умови систематичних і комплексних повторень спеціальних вправ.

Корекційно-розвиваюча робота, що заснована на рухових методах, містить у собі розтяжки, дихальні вправи, вправи для очей та лицьової групи м'язів, тілесні вправи, вправи для розвитку дрібної моторики рук, вправи для релаксації й розвитку комунікативної та когнітивної сфери та ін.

Розтяжки нормалізують тонус м'язів, що є однією із найважливіших завдань корекційно-розвиваючої роботи.

Масажі, як корекційно-розвиваюча психологічна робота також містять у собі різні види масажів (щоденне обтирання вологим махровим рушником; ходіння по масажним килимку, піску, траві; плавання та ін.).

Вправи для розвитку вестибулярно-моторної координації: вільне й швидке переміщення тіла в просторі: стрибки на батуті, у воду, переміщення на роликах, велосипедах, гойдалках, каруселях, гамаках тощо.

Вправи для розвитку сенсорної системи (нюх, смак, дотик): вправи для вивчення і дізнавання із закритими очима різних смаків; обмацування і дізнавання різних предметів і поверхонь; робота із папером, пластиліном, глиною, водою, малювання пальцями тощо.

Вправи для тональної звуковідмінності (шумове сприйняття). Уміння сприймати, диференціювати й називати почуті звуки є основою психічної функції та фонематичного слуху.

Вправи для розвитку слухо-моторної координації (почуття ритму). Порушення почуття ритму організму (ритм мозку, подиху, серцебиття, пульсації тощо) неодмінно приводять до відхилень у психічному розвитку дитини.

Вправи для розвитку зорової пам'яті, зорового й зорово-просторового сприйняття, зорово-моторної координації. Для повноцінного психічного розвитку дітей потрібна просторово-пошукова активність органів зору.

Візуалізація відбувається в обох півкулях головного мозку, що ефективно розвиває зорове сприйняття. Вправи можуть виконуватися із закритими очима.

Вправи для розвитку артикуляції. Вправи, побудовані на артикуляційному апараті, що контролює мислення, мову й поведінку.

Вправи для розвитку дрібної моторики пальців рук. Розвиток дрібної моторики рук пов'язаний із формування багатьох складних психічних функцій і навчальних навичок.

Систематичні вправи по тренуванню рухів пальців поряд зі стимулюючим впливом на розвиток мови є потужним засобом підвищення працездатності головного мозку. Формування словесного мовлення учня починаються тоді, коли рухи пальців рук досягають достатньої точності. Рівень розвитку мови дітей так само перебуває в прямої залежності від ступеня сформованості тонких рухів рук. Рівень розвитку мовлення дитини перебуває в прямої залежності від ступеня сформованості рухів рук.

Таким чином, двигун розвитку всіх психічних процесів – це формування і удосконалювання тонкої моторики кисті й пальців рук (вирізання по контуру фігур з паперу, розфарбовування і штрихування, малювання, ліплення, аплікація, конструювання і робота із мозаїкою, викладання фігур із сірників, пальчикова гімнастика, шиття, вишивання, робота із бісером та ін.).

Вправи для розвитку великої моторики тіла й міжпівкульної взаємодії – це різні ігри з м'ячем і гумкою; влучення в мету різними предметами (м'ячем, стрілами, кільцями); всі спортивні ігри й фізичні вправи; заняття танцями й аеробікою.

Дихальні вправи розвивають почуття ритму, підвищують енергетичне забезпечення мозку, заспокоюють, знімають стреси тощо. Уміння спокійно контролювати подих розвиває самоконтроль над поведінкою, емоціями, мовою, рухами, формує внутрішню дисципліну. Особливо ефективні дихальні вправи для корекції дітей із синдромом дефіциту уваги й гіперактивністю. Свідомий контроль подиху (регуляція дихальних рухів) сприяє зняттю емоційної напруги, зменшенню почуття тривоги й загальної релаксації.

Релаксація може проводитися як на початку заняття – із метою настроювання, так і наприкінці – з метою інтеграції придбаного в ході уроку досвіду. Інтеграція в тілі (релаксація, самоспостереження, спогад) є частиною єдиного процесу. За нею ідуть інтеграція в русі (невербальний компонент) і в обговоренні (вербальний компонент). Ці три тридцятилітні створюють необхідні умови для рефлексії.

Вправи для розвитку просторових уявлень. Формування просторових уявлень починається із орієнтації в просторі власного тіла, а також просторі навколо себе.

Розвиток комунікативних навичок. Комунікативні вправи діляться на індивідуальні, парні й групові.

Індивідуальні вправи спрямовані на відновлення й подальше поглиблення контакту із власним тілом, невербальне вираження станів і відносин.

Парні вправи сприяють розширенню «відкритості» стосовно партнера – здатності почувати, розуміти й приймати його.

Групові вправи дають дітям навички взаємодії в колективі через організацію спільної діяльності.

Отже, труднощі, що виникають в учнів у процесі освітнього процесу без своєчасної корекційно-розвиваючої роботи переростають у хронічну неуспішність. Учитель, що володіє багатим арсеналом методичних прийомів і технологіями розвиваючого навчання, може й

повинен вибудувати дидактичну схему, що дозволить кожному учню знайти свій шлях до оволодіння шкільними предметами. Користуючись, кінезіологічною корекцією проблем молодших школярів, а також, спираючись на досвід вчителів-практиків, ми прийшли до висновку, що дана методика обов'язково повинна застосовуватися в початковій школі, оскільки вона дає позитивні результати щодо природної корекції проблем навчання й розвитку молодших школярів.

2.2. Методичні рекомендації до розвитку емоційної сфери учнів початкової школи засобами кінезіологічних ігор і вправ

Термін «кінезіологія», як наука про зв'язки психологічного стану людини з роботою її м'язів і рухами перекладається з грецької як «наука про рухи» (kinesis – «рух», logos – «вчення, слово») [14, с.392].

В 1964 році Джордж Гудхард (George Goodheart) – засновник цього мультидисциплінарного підходу випустив свою книгу «Прикладна кінезіологія» («Applied Kinesiology»), основною вимогою якої є використання спеціальних кінезіологічних комплексів, правильне виконання рухів і прийомів [23].

Вчитель або психолог зобов'язані спочатку самі освоїти під керівництвом інструктора практичної кінезіології всі вправи до рівня усвідомлення суб'єктивних ознак змін, що відбуваються в системах організму. Після цього навчити кожного учня, одержавши зворотну інформацію про специфіку впливу.

Застосування спеціальних кінезіологічних вправ можливо на всіх предметних уроках.

З метою формування та збереження психоемоційного здоров'я учнів ми рекомендуємо вчителям застосовувати у якості динамічних пауз під час уроків наступні кінезіологічні вправи, запропоновані В. Галущенко:

Гра-тест № 1

Дитину треба посадити за стіл і сісти навпроти. Лікті спираються на стіл, долоні знаходяться різною стороною до обличчя. Учням під музику пропонується одночасно перевертати долоні спочатку повільно, а потім у прискореному темпі. – одну вгору тильною стороною, іншу – вниз, причому робити це якомога швидше.

Гра-тест № 2

Учням пропонується одночасно повертати долоні (обидві руки вгорі тильною стороною) вгору – вниз як можна швидше. При цій спробі руки дитини здійснюють дзеркальні рухи. Вчитель повинен відзначити час (у секундах), за який учні здійснять 20 дзеркальних і 20 протилежно спрямованих рухів. Попередньо учням треба пояснити та показати цю вправу. Потім необхідно учням відпочити – відволікаючи її від вправи. Впевнившись, що дитина пам'ятає, як виконуються рухи, за годинником із секундною стрілкою треба замірити, скільки часу їй треба для того, щоб виконати 20 рухів.

Зазвичай дитина 5-ти років 20 дзеркальних рухів виконує за 8 секунд.

Перед виконанням наступної проби просимо учнів покласти перед собою кисть ведучої руки (праву – у правшій, ліву – у лівшій). Завдання полягає в безперервному постукуванні вказівним пальцем провідної руки в максимально можливому темпі. Дорослий показує дитині, як виконується завдання і додає, що постукувати треба якомога швидше. У середньому діти 5 років пробу (20 постукувань) виконують за 4-6 секунд. Час треба визначати за секундною стрілкою.

Гра-тест № 3

Тест вимагає вихідного положення сидячи. Кисті рук лежать перед дитиною. Завдання полягає у відбиванні ритму «раз-два-три, раз-два-три» по черзі вказівним пальцем правої руки («раз -два») і лівої («три»)

з повільним переходом від однієї руки до іншої. Ритм треба відстукувати максимально швидко» [6, с. 45 – 46].

Отже, ми рекомендуємо виконувати кінезіологічні вправи з музичним супроводом, а також:

- проводити вправи в доброзичливій обстановці, тому що найбільш ефективною є емоційно приємна діяльність дитини. Результативність уроків залежить від систематичної й кропіткої роботи.

- кінезіологічні ігри та тренінги можуть бути індивідуальними, груповими або колективними.

- з кожним уроком завдання кінезіологічних ігор повинні ускладнюватися, а темп збільшуватися;

- виконання стандартних навчальних дій може перериватися кінезіологічним комплексом, але творчу діяльність переривати недоцільно;

- у випадку, коли робота учнів насичена розумовим навантаженням, що потребує розкриття інтелектуального потенціалу та елементів творчості, кінезіологічний комплекс рекомендується застосовувати перед початком роботи.

- діяльність, що пов'язана із логікою, знаками, а саме із роботою лівої півкулі, може бути перервана виконанням спеціальних кінезіологічних вправ.

Таким чином, освітня кінезіологія – це проста та дієва методика. Виконання кінезіологічних вправ не займе багато часу і подобається не тільки учням і самим вчителям, але й батькам, тому що саме в цих іграх і вправах відбувається розширення зони найближчого спілкування і перехід дитини в зону емоційного розвитку.

ВИСНОВКИ

1) В процесі роботи над темою нашого дослідження була вивчена психолого-педагогічна та загальнодидактична література з проблеми дослідження і розкрита сутність поняття «емоційна сфера» та «кінезіологія» у сучасній педагогіці.

Емоційна сфера дітей наставляє вчителя знати не тільки реальні обставини життя учня, але й про його переживання, що відображаються у поведінці та освітній діяльності.

Кінезіологія, як здоров'язберігаюча технологія, допомагає знімати емоційне та фізичне напруження у молодших школярів. Разом із тим відбувається синхронізація роботи півкуль мозку, що стимулює інтелектуальний розвиток дитини, покращує зорово-моторну координацію, що веде до підвищення ефективності освітнього процесу.

2) Нами були розглянуті форми, види та функції емоцій і почуттів.

До виразних *форм емоцій* відносяться наступні: жести (рухи рук); міміка (рухи м'язів обличчя); пантоміміка (рухи всього тіла); емоційні компоненти мови (тембр, сила інтонації голосу), вегетативні зміни (почервоніння, збліднення, потовідділення).

До *форм прояву почуттів* відносяться: афект, стрес, настрій, пристрасть та ін.

Нами виділені наступні *функції* емоцій і почуттів: сигнальна, мотивуюча, комунікативна, стабілізуюча й оцінна, що сповіщають про те, як іде процес задоволення потреб суб'єкта; які емоційні прояви взаємодії між людьми та їхньої оцінки ситуації, у якій вони перебувають – це можуть бути радість, страх, здивування, гнів та ін.

Оцінна й стабілізуюча (захисна) функція виступають регулятором поведінки, що втримує життєві процеси в оптимальних межах задоволення життєдіяльності даного суб'єкта.

Позитивні види емоцій спонукають особистість до позитивної оцінки явища або об'єкта (любов, радість та ін.). *Негативні види емоцій* (страх, гнів та ін.) налаштовують особистість на подолання перешкод.

Отже, види, форми та функції емоцій і почуттів є яскравим свідченням взаємозв'язку емоційних та інтелектуальних процесів. При цьому почуття виступають як своєрідний регулятор розумової діяльності.

3). В нашому дослідженні ми проаналізували освітню кінезіологію як «звукову» мову тіла й прийшли до висновку, що за допомогою кінезіології розвиваються і творча уява учнів, цілісне сприймання, рухова пам'ять, музичні здібності та інші природні задатки, що готують учнів початкової школи до життя в соціумі.

4) Робота з літературними джерелами, а також спостереження за вчителями-практиками дозволили визначити принципи, методи та прийоми проведення кінезіологічних ігор і вправ із учнями початкової школи. В процесі цієї роботи нами були підібрані спеціальні вправи, що стануть корисними студентам, вчителям, батькам.

5) Ми розробили методичні рекомендації до розвитку емоційної сфери учнів початкової школи засобами кінезіологічних ігор та вправ і пропонуємо їх проводити із музичним супроводом, який дійсно дасть відчутні позитивні результати, будучи засобом природної ненав'язливої корекції проблем освітнього розвитку молодших школярів.

Отже, тема нашого дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми розвитку емоційної сфери молодших школярів засобами кінезіологічних ігор та вправ. Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо в розробці музичних кінезіотерапевтичних вправ.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Балашова В. П. Особенности развития эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с нарушениями речи // *Молодой ученый*. 2016. №2. С. 767-770.
2. Бреслав Г. М. Психология эмоций Москва: Смысл, 2004. 544 с.
3. Ващенко О., Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі // *Здоров'я та фізична культура*. 2006. №8. С. 1 – 6. Вип. V. В 2-х т., том 2 – Кам'янець-Подільський:ПП Медобори. 2006, 2015. С. 238-249.
4. Владимирова А., Голінська Т. Актуалізація превентивних функцій естетотерапевтичних засобів у природних умовах освітнього процесу The 16 th International scientific and practical conference «prospects for the development of modern science and practice» (11-12 may, 2020), 419с.
5. Говард Гарднер, Структура розуму: теорія множинного інтелекту, М., «Вільямс», 2007. с.34. Источник: https://vikipedya.org/wiki/Howard_Gardner
6. Галущенко В. І. Впровадження кінезіотерапевтичних вправ у реабілітаційно-комплексній роботі з дітьми. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 19 : Корекційна педагогіка та спеціальна психологія 2014. Вип. 27. С. 44-48.
7. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ: Либідь, 1997. 376 с.
8. Деннісон П., Деннісон Г. Гімнастика мозку. Книга для педагогів і батьків. Москва. 1997.
9. Запорожец А. В. Избранные психологические труды [Текст]: в 2-х т., Т.1. Москва: Педагогика.1986. 323 с.
10. Качан О. А. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навч.-метод. посіб. Слов'янськ: Витоки, 2017. 138 с.

11. Котирло В. К. Вплив взаємин у сім'ї на виховання емпатії у дітей. Київ: Освіта, 1985. 140 с.
12. Носенко Е. Л. Емоційний інтелект: концептуалізація феномена, основні функції : моногр. / Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига. Київ : Вища школа, 2003. 126 с.
13. Овсієнко Т. вплив засобів логоритміки на мовленнєву активність дітей дошкільного віку із ЗНМ с.184
14. Оксфордский толковый словарь по психологии / Под ред. А. Ребера: в 2-х т: Т.1. / Пер. с англ. Чеботарева Е. Ю. М.: Вече АСТ, 2002. С. 392.
15. Пилипенко О. М. Сучасні погляди на проблему емоційного інтелекту у дітей з порушеннями психофізичного розвитку // *Науково – методичний журнал «Логопедія»*. 2016. № 6. С. 62-66.
16. Притковська С. Д. Використання кінезотерапії у логопедичній практиці // Актуальні питання корекційної освіти (педагогічні науки). Збірник наукових праць / за ред. В. М. Синьова, О. В. Гаврилова.
17. Самойленко Л. В. Інноваційні оздоровчі технології навчання молодших школярів. Суми: СумДУ, 2017. – С. 190-194.
18. Ханнафор К. Мудрое движение. Мы учимся не только головой. Москва. 1999.
19. "...Эльконин Д. Б. Психология игры. — 2-е изд. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. — 360 с...." [Источник: [http://psychlib.ru/mgppu/EPI-1999/EPI-001.NTM#\\$p1](http://psychlib.ru/mgppu/EPI-1999/EPI-001.NTM#$p1)]
20. Эмоциональная сфера человека и ее регуляция http://медпортал.com/valeologiya_739/emotsionalnaya-sfera-cheloveka.html
21. Язиніна Р. О. Особливості становлення емоційно-почуттєвої сфери дітей старшого дошкільного віку // Вісник Київського інституту бізнесу та технологій. 2014. Випуск №2 (24). – С. 75-78.
22. <https://totem.org.ua> › kinezio

ДОДАТКИ

Додаток А

КОДЕКС АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ ЗДОБУВАЧА ВИЩОЇ ОСВІТИ ХЕРСОНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Я, **Молдованенко Юлія Володимирівна**, учасниця освітнього процесу Херсонського державного університету, **УСВІДОМЛЮЮ**, що академічна доброчесність – це фундаментальна етична цінність усієї академічної спільноти світу.

ЗАЯВЛЯЮ, що у своїй освітній і науковій діяльності **ЗОБОВ'ЯЗУЮСЯ**:

– дотримуватися:

- вимог законодавства України та внутрішніх нормативних документів університету, зокрема Статуту Університету;
- принципів та правил академічної доброчесності;
- нульової толерантності до академічного плагіату;
- моральних норм та правил етичної поведінки;
- толерантного ставлення до інших;
- дотримуватися високого рівня культури спілкування;

– надавати згоду на:

- безпосередню перевірку курсових, кваліфікаційних робіт тощо на ознаки наявності академічного плагіату за допомогою спеціалізованих програмних продуктів;
- оброблення, збереження й розміщення кваліфікаційних робіт у відкритому доступі в інституційному репозитарії;
- використання робіт для перевірки на ознаки наявності академічного плагіату в інших роботах виключно з метою виявлення можливих ознак академічного плагіату;

– самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного й підсумкового контролю результатів навчання;

– надавати достовірну інформацію щодо результатів власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використаних методик досліджень та джерел інформації;

– не використовувати результати досліджень інших авторів без використання покликань на їхню роботу;

– своєю діяльністю сприяти збереженню та примноженню традицій університету, формуванню його позитивного іміджу;

– не чинити правопорушень і не сприяти їхньому скоєнню іншими особами;

– підтримувати атмосферу довіри, взаємної відповідальності та співпраці в освітньому середовищі;

– поважати честь, гідність та особисту недоторканність особи, незважаючи на її стать, вік, матеріальний стан, соціальне становище, расову належність, релігійні й політичні переконання;

– не дискримінувати людей на підставі академічного статусу, а також за національною, расовою, статевою чи іншою належністю;

– відповідально ставитися до своїх обов'язків, вчасно та сумлінно виконувати необхідні навчальні та науково-дослідницькі завдання;

– запобігати виникненню у своїй діяльності конфлікту інтересів, зокрема не використовувати службових і родинних зв'язків з метою отримання нечесної переваги в навчальній, науковій і трудовій діяльності;

– не брати участі в будь-якій діяльності, пов'язаній із обманом, нечесністю, списуванням, фабрикацією;

– не підроблювати документи;

– не поширювати неправдиву та компрометуючу інформацію про інших здобувачів вищої освіти, викладачів і співробітників;

– не отримувати і не пропонувати винагород за несправедливе отримання будь-яких переваг або здійснення впливу на зміну отриманої академічної оцінки;

– не залякувати й не проявляти агресії та насильства проти інших, сексуальні домагання;

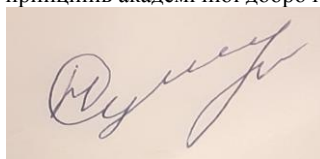
– не завдавати шкоди матеріальним цінностям, матеріально-технічній базі університету та особистій власності інших студентів та/або працівників;

– не використовувати без дозволу ректорату (деканату) символіки університету в заходах, не пов'язаних з діяльністю університету;

– не здійснювати і не заохочувати будь-яких спроб, спрямованих на те, щоб за допомогою нечесних і негідних методів досягати власних корисних цілей;

– не завдавати загрози власному здоров'ю або безпеці іншим студентам та/або працівникам.

УСВІДОМЛЮЮ, що відповідно до чинного законодавства у разі недотримання Кодексу академічної доброчесності буду нести академічну та/або інші види відповідальності й до мене можуть бути застосовані заходи дисциплінарного характеру за порушення принципів академічної доброчесності.



_____ (дата)

_____ (підпис)

_____ (ім'я, прізвище)

