

полно охарактеризовать нагрузку занятия или соревнования и ее соответствие состоянию спортсмена, помогает тренеру своевременно внести изменения в тренировочный процесс.

Каждый субъект: тренер или врач, будут понимать основные принципы и методики тренировки, а также знать индивидуальные особенности спортсмена, специфику воздействия дзюдо на организм и сумеют правильно оценить изменения, происходящие в организме под влиянием систематической тренировки, снизит риски травматизма.

В мире дзюдо применение стимулирующих веществ «допинга» строго запрещено. В приказе Министерства здравоохранения РФ от 1 марта 2016 г. № 134н прописано Положение об организации деятельности врача по спортивной медицине, где четко определено содействовать предотвращению допинга в спорте.

Врач, тренер и спортсмен несут административную, а с 2016 года в некоторых случаях и уголовную ответственность за применение «допинга», запрещенных субстанции или методы в дзюдо.

Таким образом, совместная работа тренера и врача должна быть направлена создания условий для полноценного фундамента будущих достижений спортсменов, а также обеспечить всестороннее гармоничное развитие дзюдоиста.

*Библиографический список*

1. *Федеральный закон № 329 от 4.12.2007 г. «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».* Текст: непосредственный.
2. *Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 1 марта 2016 г. № 134н « О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом».* Текст: непосредственный. Текст: непосредственный.
3. *Приказ Министерства здравоохранения Свердловской области от 28.11.2018 № 2110-4 «Об утверждении порядка оказания медицинской помощи детям, занимающимся физической культурой и спортом, на территории Свердловской области».* Текст: непосредственный.
4. *Зуб, И. В., Теоретические и практические основы тренировки: учеб. пособие / И.В. Зуб, В.И. Дейч, А.Ж. Берекенов. Дзюдо. СПб.: Научное издание технологий, 2019. 154 с.* Текст: непосредственный.

УДК 373.24:159.942.31

Тихомирова А. А.

Tikhomirova A. A.

*Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск*  
*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk*  
[asyabedin@mail.ru](mailto:asyabedin@mail.ru)

ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА

## EMOTIONAL HEALTH OF PRESCHOOL CHILDREN

*Аннотация.* В статье рассматривается проблема развития эмоционального здоровья детей дошкольного возраста и его характеристики, роль педагогов ДОО и окружения дошкольника в развитии эмоционального здоровья детей.

*Abstract.* The article deals with the problem of developing the emotional health of preschool children and its characteristics, the role of preschool teachers and preschool environment in the development of emotional health of children.

*Ключевые слова:* эмоциональное здоровье, дети дошкольного возраста, Дошкольная образовательная организация

*Keywords:* emotional health, preschool children, Preschool educational organization

Дошкольный возраст является определяющим в формировании физического и психического здоровья. Особо актуально в настоящее время стоит проблема формирования психического, в частности эмоционального здоровья дошкольников. Чаще всего, педагоги дошкольной образовательной организации преследуют цель развития интеллектуальных способностей детей, а эмоциональному развитию уделяется меньше времени. Данный подход является неверным, так как гармоничное психическое развитие является залогом успешного развития личности дошкольника в целом, которое объясняется именно слаженным функционированием психической и интеллектуальной систем. Также, в последнее время участились случаи психоэмоциональных заболеваний детей дошкольного возраста, таких как эмоциональная неустойчивость, тревожность и др. Регулярные эмоциональные перегрузки, стрессы, носителями которых являются взрослые, сверстники и другие факторы, не могут не отражаться на психическом здоровье ребенка. Дошкольник не способен противостоять этим факторам и является очень подверженным им.

В связи с этим А.С. Дробная отмечает, что «поддержание, сохранение и коррекция психологического здоровья детей это одна из важнейших задач дошкольной образовательной организации» [3, с. 135].

В Федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования эмоциональное благополучие ребенка определяется как главнейшая направленность педагогической деятельности в детском саду, а эмоциональное благополучие - как фон для полноценного развития личности дошкольника. В период дошкольного возраста ребенок уже приходит к осознанию себя и своих эмоций, отделенных от внешнего мира. Развиваются механизмы децентрации, синтонии, эмпатии.

Ю.А. Лаптева, И.С. Морозова утверждают «развитие способности к эмпатии находится в прямой зависимости с уровнем развития у дошкольника способности к дифференциации и идентификации эмоциональных состояний, обуславливает становление социальных эмоций как самостоятельного направления эмоционального развития дошкольника. Так же, постепенно усложняется содержание различных чувств, вызванных оценкой действия, мерой этой оценки, отношения к ней». [5, с. 52]

Современные психологи, занимающиеся проблемами эмоционального здоровья детей, говорят о том, что важно соблюдать уравновешенность положительных и отрицательных эмоций. Эмоциональное здоровье детей дошкольного возраста можно охарактеризовать превалированием положительных эмоций над отрицательными эмоциями, а так же их фиксацией в характере детей. Первые из них развивают в детях оптимистичность, настрой на успех, дружелюбие по отношению к окружающим. Эмоциональное неблагополучие объясняет собой неудовлетворительное состояние здоровья ребенка. Он становится очень тревожным, замкнутым, у него наблюдается большое количество необъяснимых страхов, барьеры при взаимодействии с окружающими, а так же заниженная либо завышенная самооценка. Эмоционально благополучное здоровье каждого дошкольника объясняется различными факторами.

Обеспечение психоэмоционального здоровья требует индивидуального, личностно ориентированного подхода к каждому ребенку. «Заботясь об эмоциональном здоровье детей необходимо помнить, что воспитателю нужно внимательно относиться к чувствам и переживаниям ребенка, его способностям, увлечениям, интересам, отношению к себе и к жизни», считает С.Н Гамова и ее соавторы [1, с. 158].

Очень важным для формирования эмоционального благополучия дошкольников являются его отношения с окружающими людьми. В детском саду педагог должен формировать взаимоотношения с подопечными так, чтобы их эмоциональное развитие протекало наиболее благополучно: формировать ситуацию успеха, всячески оказывать, помощь, поддержку, сотрудничество. Все это укрепляет психоэмоциональное здоровье дошкольников. «Осмысление слагаемых эмоционального благополучия ребенка приводит к пониманию его детерминированности условиями воспитания и развития, созданными в дошкольной образовательной организации», указывает в своей работе Т.В.Гребенщикова [2, с. 74].

Оценка педагога так же является фактором воздействия на эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста. В.Д. Калишенко в своей работе отмечает, что «положительная оценка

вызывает у ребенка чувство радостного переживания соответствия своих действий тем требованиям, которые ему предъявляют» [4, с. 123]. Однако применение к дошкольникам отрицательной оценки важно ограничивать, так как они очень ранимы. Ребенок, который получил отрицательную оценку, очень остро чувствует обиду и оскорбление. Сама отрицательная оценка должна подаваться педагогом доброжелательным, мирным тоном, именно тогда она будет побуждать и мотивировать ребенка. Отсутствие оценки вообще также влечет отрицательные последствия, так как ребенок перестает ощущать свою значимость, у него формируется неуверенность в себе и своих силах, теряется ориентировка на важное для него.

Огромнейшее значение в эмоциональном благополучии ребенка имеет его семья и детско-родительские отношения. Семейный климат и характер семейных отношений оказывают очень большое влияние на развитие эмоциональной сферы дошкольника. Ранний эмоциональный опыт влияет на умение ребенка отзываться на эмоции других людей. Атмосфера доброты, заботы, внимания создают благоприятный эмоциональный фон для психоэмоционального развития. В то же время, игнорирование, постоянное отвергание, жесткость в обращении обучают ребенка по-иному реагировать, с целью адаптироваться в неблагоприятных условиях. Наблюдая за взрослыми, ребенок неосознанно копирует модель их эмоционального поведения и реагирования.

Таким образом, эмоциональное благополучие детей дошкольного возраста является важнейшим этапом становления полноценной личности дошкольников. Работа над развитием эмоционального здоровья детей в детском саду должна быть направлена на развитие эмпатии, коммуникативных навыков детей, на формирование их положительных поведенческих реакций, на принятие себя и формирование положительной самооценки. Необходимо выделять должное внимание развитию эмоционального благополучия детей, уметь найти подход к каждому индивидуально. Педагогу дошкольной образовательной организации следует не забывать о важности его оценки действий дошкольников.

*Библиографический список*

1. *Гамова, С. Н.* Особенности региональной подготовки педагогов для работы по укреплению эмоционального здоровья детей старшего дошкольного возраста / С. Н. Гамова, И. В. Фаустова., О. Н. Бакаева // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2018. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-regionalnoy-podgotovki-pedagogov-dlya-raboty-po-ukrepleniyu-emotsionalnogo-zdorovya-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 12.02.2020). Текст: электронный.

2. *Гребенщикова, Т. В.* Педагогическое сопровождение эмоционального благополучия ребенка в дошкольной образовательной организации // Известия

ВГПУ. 2018. №4 (127). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/pedagogicheskoe-soprovozhdenie-emotsionalnogo-blagopoluchiya-rebenka-v-doshkolnoy-obrazovatelnoy-organizatsii> (дата обращения: 12.02.2020). Текст: электронный.

3. *Дробная, А.С.* Эмоциональное благополучие как компонент психологического здоровья дошкольников в ДОО // Научный журнал. 2016. №6 (7). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-blagopoluchie-kak-komponent-psihologicheskogo-zdorovya-doshkolnikov-v-doo> (дата обращения: 12.02.2020). Текст: электронный.

4. *Калишенко, В. Д.* Влияние оценки педагога на эмоциональное благополучие дошкольников // Вестник славянских культур. 2012. №XXV. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vliyanie-otsenki-pedagoga-na-emotsionalnoe-blagopoluchie-doshkolnikov> (дата обращения: 13.02.2020). Текст: электронный.

5. *Лаптева Ю.А., Морозова И.С.* Развитие эмоциональной сферы ребенка дошкольного возраста // Вестник КемГУ. 2016. №3 (67). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-emotsionalnoy-sfery-rebenka-doshkolnogo-vozrasta> (дата обращения: 06.03.2020). Текст: электронный.

УДК 796.056.

Тихонова Н.В. Баюс Н.К. Комлева С.В.  
Tihonova N.V., Baus N.K., Komleva S.V.

*Российский государственный профессионально-педагогический  
университет, г. Екатеринбург  
Russian state professional pedagogical University, Ekaterinburg  
Спортивный клуб «Темп», г. Ревда  
Sports club «Temp», g. Revda*

ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТНОГО КАЧЕСТВА,  
КУЛЬТУРНОГО ОПЫТА ИЛИ КОМПЕТЕНЦИЙ У  
ВОСПИТАННИКОВ  
FORMATION OF PERSONAL QUALITY, CULTURAL  
EXPERIENCE OR COMPETENCIES IN PUPILS

*Аннотация.* Нестабильность и изменяемость мира требует новых подходов к воспитанию гармоничной личности. Опора на их собственный культурный, спортивный опыт поможет в формировании необходимых компетенций.

Annotation. The instability and changeability of the world requires new approaches to the upbringing of a harmonious personality. Relying on their own cultural and sports experience will help them develop the necessary competencies.

*Ключевые слова:* воспитанники, компетенции, культурный опыт, личность.

Keywords: pupils, competence, cultural experience, personality.

Сейчас человечество переживает фундаментальную трансформацию: переход рынка с большим количеством продавцов к малым количествам участников. Все это ведет к большим переменам и к