

СБОРНИК ВКЛЮЧЕН  
В НАУКО-  
МЕТРИЧЕСКУЮ БАЗУ

**РИНЦ**

**ИНТЕРНАУКА**  
*internauka.org*

СБОРНИК СТАТЕЙ ПО МАТЕРИАЛАМ  
XLIV МЕЖДУНАРОДНОЙ ЗАОЧНОЙ  
НАУЧНО- ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

**НАУЧНАЯ ДИСКУССИЯ:  
ВОПРОСЫ ПЕДАГОГИКИ  
И ПСИХОЛОГИИ**



№ 11(44)

ISSN 2309-2742



Москва, 2015

НОВАЯ ПАРАДИГМА КОММУНИКАЦИЙ В ОБРАЗОВАНИИ Никифорова Нина Владимировна Хан Ирина Гурьевна Ибраева Виктория Маратовна	43
<b>1.2. Теория и методика обучения и воспитания</b>	<b>50</b>
ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ КОМПЕТЕНЦИЙ У ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ОСНОВЕ ИНТЕРАКТИВНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В ФОРМАТЕ ДНЕЙ ЗДОРОВОГО ПИТАНИЯ Цикуниб Аминет Джахфаровна Хуранова Русета Амербиевна Акмальдинова Марина Шамилевна	50
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ В КОЛЛЕКТИВЕ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ В СИСТЕМЕ РАБОТЫ ВОСПИТАТЕЛЯ Анпилова Надежда Александровна Лысова Арина Ивановна	54
РОЛЬ МЕТОДА ПРОЕКТНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА НАЧАЛЬНЫХ СТУПЕНЯХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА Колесова Анастасия Евгеньевна Кузнецова Любовь Николаевна	59
СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ Костырева Валентина Викторовна	63
СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ ТЕХНИКИ ЧТЕНИЯ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ (НА ПРИМЕРЕ УМК "FLY HIGH") Кузьмичева Ирина Алексеевна Тернова Лариса Николаевна	66
ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ СОЦИАЛИЗАЦИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ Михневич Татьяна Петровна	73

ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗИ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ С УРОВНЕМ ТРЕВОЖНОСТИ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЯМИ У СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ Бибенина Мария Викторовна Пирожкова Вероника Олеговна	156
ОСНОВНЫЕ РОЛИ УЧАСТНИКОВ БУЛЛИНГА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ: «ОБИДЧИК», «ЖЕРТВА», «СВИДЕТЕЛЬ» Бобровникова Наталия Сергеевна	160
КОНЦЕПЦИИ ИЗУЧЕНИЯ АДАПТАЦИИ ЛИЧНОСТИ В СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОЛОГИИ Зеленая Леся Владимировна	164
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СНЯТИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ Костырева Валентина Викторовна	171
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ Лекерова Гульсим Жанабергеновна Ешенкулова Эльвира Бауржановна Бейсенбаева Галия Ергалиевна Рахимов Бабур Фархадович Туякова Насиба Ниязатовна Каракпаева Сарбиназ Куанышбековна	175
ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ Лекерова Гульсим Жанабергеновна Чинибаева Гульнар Дуйсековна Туткабаева Маржан Амангельдиевна Шарапова Наргиза Мухиддиновна Мамбетова Алтынай Токмуратовна Ешенкулова Динара Бауржановна Каракпаева Сарбиназ Куанышбековна	184
РАЗВИТИЕ ЭМПАТИИ У СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА Манакова Марина Вячеславовна	192

## СОХРАНЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА В ДОШКОЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

*Костырева Валентина Викторовна*

*педагог-психолог Муниципальное автономное дошкольное учреждение  
«Буратино»,  
РФ, г. Когалым*

*Охрана и укрепление психологического здоровья детей является приоритетной задачей развития современного дошкольного образования. Сохранение эмоционального благополучия – прямой путь к обеспечению психического здоровья детей, неперемное условие их полноценного развития.*

Одной из задач, на решение которой направлен ФГОС ДО, является создание условий для сохранения и укрепления психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия. Что же такое эмоциональное благополучие? Эмоциональное благополучие не означает отсутствие тревожности, подавленности, страха, агрессии и других отрицательных эмоций. Эмоциональное благополучие – это способность их преодолевать. Если сознание человека не может нейтрализовать негативные эмоции, они переходят на подсознание, а затем на телесный уровень, провоцируя возникновение психосоматических заболеваний. Особого внимания заслуживает тот факт, что в последнее время отмечается неуклонный рост числа детей, имеющих психосоматические заболевания. Все чаще воспитатели обращаются к педагогу-психологу с проблемой проявления у современных дошкольников непоседливости, гиперактивности, невнимательности, эмоциональной неустойчивости.

Поскольку физическое здоровье детей образует неразрывное единство с их психическим здоровьем, с их эмоциональным благополучием, то пути достижения физического и психического здоровья ребенка не сводятся к узкопедагогическим средствам физического воспитания и медицинским мероприятиям. Они пронизывают всю организацию жизни детей в детском учреждении, организацию предметной и социальной среды, режима и разных видов детской деятельности, учета возрастных и индивидуальных их особенностей [2, с. 17]. С введением в действие приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 17 октября 2013 г. № 1155 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования», в котором изложены основные требования к развивающей

предметно-пространственной среде, происходят значительные изменения в ней. Какой же должна стать развивающая предметно-пространственная среда? Цель создания предметно-развивающей среды в дошкольной организации – обеспечение возможности общения и совместной деятельности детей и взрослых, двигательной активности детей, а также возможности для уединения. Для создания эмоционально комфортной обстановки в группе дошкольного учреждения, для сохранения и укрепления психического здоровья необходим «Уголок уединения». Это место, где ребёнок имеет возможность уединиться, побыть наедине с собой, успокоиться и расслабиться, поиграть с любимым предметом или игрушкой. Возможность уединения ребенка во время длительного пребывания среди большого числа сверстников – это важный момент, позволяющий предупредить чрезмерное возбуждение ребенка, ведущее к утомлению его нервной системы. Каковы же признаки психоэмоционального напряжения? При психоэмоциональном напряжении дети могут проявлять двигательную расторможенность, не слышать обращенную к ним речь, проявляют упрямство, капризничают без повода. Беспочвенная обидчивость, плаксивость или повышенная агрессивность также свидетельствуют о том, что ребенку необходимо отдохнуть или сменить вид деятельности. Даже кратковременное пребывание в «Уголке уединения» улучшает эмоциональное состояние. Дети отвлекаются и забывают отрицательные переживания [1, с. 11]. В процессе роста и развития им приходится получать и перерабатывать огромное количество информации. Неокрепшая детская психика не выдерживает такой нагрузки – ребенок начинает капризничать. Вот почему важно, чтобы у детей в детском саду было личное пространство, место уединения, где они могли бы восстановить силы и прийти в себя. Ребенок может сам проявить желание отправиться в уголок уединения. Педагог, который видит, что малыш испытывает эмоциональный дискомфорт, чувствует себя зажато или, наоборот, ведет себя вызывающе, агрессивно, может предложить ребенку уединиться.

В МАДОУ «Буратино» представлено несколько вариантов оформления «Уголков уединения»:

1. «Психологическая норка». «Уголок уединения» может напоминать норку. Там должно быть полутемно, тесно и мягко. Точно так же, как когда-то у мамы в животике. Отлежался, отсиделся, успокоился – можно вылезать и снова включаться в общую суету. (Рис. 1)



**Рисунок 1. Вариант оформления уголка-уединения «Психологическая норка»**

2. «Шатер». Полупрозрачный тюль украсит помещение группы и не займет много места. В «Уголке уединения» можно поместить подушки, мягкие игрушки, сенсорные мешочки с крупой и другим природным материалом, разнообразные антистрессовые игрушки.

3. «Ширма». Деревянные переносные ширмы и стойки служат и как стены для индивидуальных игр детей. Этим простым способом достигается создание «своего» личного пространства. Иногда это ему нужно, иногда нет. В зависимости от состояния детей уголок может быть и уголком гнева, помогая детям освободиться от переполняющего их раздражения гнева в приемлемой форме. «Коврик злости» – коврик, на котором дети могут потоптаться; «Подушка-колотушка» – бить другого плохо, ему больно и обидно, а вот побить подушку очень даже можно; мешочек или труба для крика; «Коробочка гнева», куда ребенок может выбросить свою «злость и обиду» (сжав предварительно кулачки, смяв лист бумаги, порвав на кусочки газету); клубочки, которые дети сматывают, тем самым снимая эмоциональное напряжение (Рис. 2).



**Рисунок 2. Вариант оформления уголка-уединения «Ширма»**

Таким образом, профессиональный подход к воспитанию и обучению детей – это еще и способность педагога обеспечивать гигиену нервной системы воспитанников. Сохранение положительного психического состояния – прямой путь к обеспечению не только психического, но и физического здоровья детей, неременное условие их полноценного развития.

**Список литературы:**

1. Архипова А.А. Организация безопасной и психологически комфортной образовательной среды в условиях ФГОС ДО. – 2015. – № 1. – С. 11.
2. Воротилкина И.П. Организация двигательной активности дошкольников. / Дошкольное воспитание. 1998. – № 6. – С. 17.

**СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ  
ТЕХНИКИ ЧТЕНИЯ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ  
(НА ПРИМЕРЕ УМК “FLY HIGH”)**

*Кузьмичева Ирина Алексеевна*

*студент Саратовского государственного университета,  
РФ, г. Саратов*

*E-mail: [inyazkuzmicheva@gmail.com](mailto:inyazkuzmicheva@gmail.com)*

*Тернова Лариса Николаевна*

*старший преподаватель Саратовского государственного  
университета,*

*РФ, г. Саратов*

*E-mail: [larisa\\_22@rambler.ru](mailto:larisa_22@rambler.ru)*

**MODERN APPROACHES IN TEACHING READING  
TECHNIQUES TO YOUNG LEARNERS  
(ON THE EXAMPLE OF THE COURSE BOOK “FLY HIGH”)**

**АННОТАЦИЯ**

В данной статье рассматриваются вопросы формирования техники чтения на начальном этапе изучения иностранного языка. В статье сравниваются традиционные и современные подходы к обучению

6. Маклаков А.Г., Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. Т. 22, № 1 С. 16–24.
7. Маклаков А.Г., Общая психология: Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2009. – 583 с.
8. Маклаков А.Г., Основы психологического обеспечения профессионального здоровья военнослужащих: диссертация ...д-ра психол. наук. – СПб, 1996. – 392 с.
9. Павлов И.П., Полное собрание сочинений. 2-е изд. – М. – Л., Изд-во АН СССР. – 1951. – Т. 1–6.
10. Павлов С.Е., Адаптация. – М.: Паруса, 2000. – 282 с.
11. Салихова Н.В. Психологические аспекты социальной адаптации детей с ЗПР в условиях интегрированной группы дошкольников: дисс. ...канд. психол. наук. – Самара, 2003 – 194 с.
12. Селье Г., Очерки об адапционном синдроме. – М.: Медгиз, 1960.
13. Сеченов И.М., Избранные произведения. – М., АМН СССР, 1952. – Т. 1.
14. Уварова Л.Н. Психологическая подготовка дошкольников как фактор их адаптации к школе: дисс. ...канд. психол. наук. – Самара, 2000. – 164 с.
15. Шевчук Л.Е. Медико-психологическое обеспечение военно-профессиональной деятельности морских пехотинцев: В связи с задачами профилактики нарушений психической адаптации: дисс. ...канд. психол. наук. – СПб, 2001 – 240 с.
16. Энциклопедия психодиагностики. Психодиагностика взрослых / Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: Изд. дом «Бахрах-М», 2009. – 704 с.
17. Selye Hans. The Story of the Adaptation Syndrome – Montreal, 1952.

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КИНЕЗИОЛОГИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ СНЯТИЯ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ**

*Костырева Валентина Викторовна*

*педагог-психолог*

*Муниципальное автономное дошкольное учреждение «Буратино»,  
РФ, г. Козалым*

*Все чаще педагоги замечают у современных дошкольников проявление гиперактивности, невнимательности, непоседливости, эмоциональной неустойчивости. Что же такое психологическое здоровье? Психологическое здоровье не означает свободу от тревоги,*



*страха, вины, подавленности, агрессии и других отрицательных эмоций. Психическое здоровье – это способность их преодолевать.*

Если сознание человека не может нейтрализовать негативные эмоции, они переходят на подсознание, а затем на телесный уровень, провоцируя возникновение психосоматических заболеваний. Особого внимания заслуживает тот факт, что в последнее время отмечается неуклонный рост числа детей, имеющих психосоматические заболевания.

Ребенок дошкольного возраста большую часть активного времени должен иметь радостное, позитивное настроение. Но часто мы задумываемся о важности обучения ребенка умению регулировать свои эмоции и управлять своим психоэмоциональным состоянием, из которых, собственно, и складывается главный навык саморегуляции – умение владеть собой. А ведь умение владеть собой – фундамент успешной адаптации человека ко все возрастающим нагрузкам и постоянным переменам современной жизни.

Существует много техник и методик обучения детей навыкам саморегуляции. Наиболее простую, не требующую дополнительного оборудования и оснащения я хочу вам представить. Кинезиологические упражнения известны давно, но в дошкольных организациях последнее время они незаслуженно забыты.

Единство мозга складывается из деятельности двух полушарий, тесно связанных между собой системой нервных волокон (мозолистое тело). Для успешного обучения и развития ребенка одним из основных условий является полноценное развитие в дошкольном детстве мозолистого тела. В результате эволюции, развития самосознания человека возникла межполушарная асимметрия мозга. Из двух полушарий всегда одно – ведущее, другое ведомо. В стрессовой ситуации ведущее полушарие берет на себя большую нагрузку, а ведомое полушарие блокируется. Ведущие органы (рука, ухо, глаз), которые контролируются ведущим полушарием, также берут на себя основную нагрузку в состоянии стресса (ведомый глаз начинает хуже видеть, ведомое ухо хуже слышать). Появляется усталость, т. к. кровь от мозга приливает к мышцам. Поэтому при психоэмоциональном напряжении дети могут проявлять двигательную расторможенность, не слышать обращенную к ним речь, капризничают без повода. Для снятия стрессовых и невротических состояний необходимо восстановить межполушарное взаимодействие, гармонизировать работу мозга. Сегодня доказано, что правое полушарие причастно к формированию эмоциональных реакций, а левое осуществляет функции аналитического и эвристического мышления. Их взаимодействие связано с адаптационными процессами нервной системы. Если преобладают отрицательные эмоции длительное время, снижается активность

и эффективность обработки правым полушарием значимой информации, нарушается межполушарное взаимодействие. Такое ограничение, при недостаточном развитии мозолистого тела, приводит к срыву эмоционально-волевой регуляции, к возможному возникновению невроза.

Кинезиологические упражнения в игровой форме предназначены для улучшения психоэмоционального состояния и повышения обучаемости как детей, так и взрослых. С помощью таких методов воспитатели смогут поддерживать оптимальное эмоциональное состояние и психическое равновесие у дошкольников. В России в 2006 году Профессиональной Психотерапевтической Лигой была официально признана модальностью, то есть направлением психотерапии, так называемая «психотерапевтическая кинезиология». Отличительной особенностью этих здоровьесберегающих технологий является не только коррекция психоэмоционального состояния детей, но и благотворное влияние на интеллектуальную деятельность, а также оздоровление всего организма в целом.

Исследования, посвященные влиянию кинезиологической гимнастики, показали несомненную пользу этих упражнений при их выполнении даже один раз в неделю. Устойчиво улучшается как настроение, так и самочувствие, выполняющего их человека.

В состав методики входят кинезиологические, пальчиковые, дыхательные, мимические, глазодвигательные упражнения и точечный массаж. Кинезиологические упражнения – развивают мозолистое тело, повышают стрессоустойчивость, синхронизируют работу двух полушарий, благотворно влияют на организацию мозговой деятельности ребенка. Совершенствуется регулирующая и координирующая роль нервной системы, снижается утомляемость, повышается способность к произвольному самоконтролю. Кинезиологические упражнения дают как немедленный, так и накапливающий эффект для повышения умственной работоспособности. Дыхательные упражнения улучшают ритмику организма, развивают самоконтроль и произвольность, помогают снять избыточное возбуждение и успокоиться. Упражнения мимической гимнастики способствуют развитию у детей умения проявлять различные эмоции и управлять ими, овладевать азбукой выражения эмоций. Все это помогает лучше познать себя и других. Глазодвигательные упражнения позволяют расширить поле зрения, улучшить восприятие, повышают энергетизацию организма, способствуют профилактике бессознательного напряжения глаз. Точечный массаж включен в комплекс в целях снятия нервно-мышечного напряжения. Гармонизация движений тела, мелкой моторики и органов речи способствует нормализации психоэмоционального состояния ребенка.

Кинезиологическая гимнастика выполняется систематически и с многократным повторением специальных упражнений. Для результативности кинезиологического комплекса необходимо учитывать определённые условия: упражнения проводятся ежедневно без пропусков, в доброжелательной обстановке, можно под музыку. Проводить эти упражнения можно при организации непосредственно образовательной деятельности, как физкультминутку. Между занятиями как динамическую паузу, а также в повседневной жизни детей (в режимных моментах). Дошкольники очень быстро запоминают технику и порядок выполнения упражнений. Очень удобно успокоить взволнованных детей после прогулки, пока идет подготовка к обеду. По мере заучивания комплекса ведущий назначается из числа детей.

Задачи кинезиологического комплекса:

- профилактика психосоматических заболеваний;
- снижение психоэмоционального напряжения;
- синхронизацию работы полушарий головного мозга;
- развитие мелкой и крупной моторики;
- развитие произвольности, внимания, речи.

Продолжительность занятий – 10–15 мин.

Периодичность – ежедневно.

Время занятий – утро, день.

Таким образом, профессиональный подход к воспитанию и обучению детей – это еще и способность педагога обеспечивать гигиену нервной системы воспитанников. Охрана и укрепление психологического здоровья детей является приоритетной задачей развития современного дошкольного образования. Сохранение положительного психического состояния – прямой путь к обеспечению не только психического, но и физического здоровья детей, непереносимое условие их полноценного развития. Поэтому в современных условиях упражнения на снижение психоэмоционального напряжения должны непременно сопровождать процесс обучения, воспитания и развития детей дошкольного возраста.

#### **Список литературы:**

1. Сиротюк А.Л. «Обучение детей с учётом психофизиологии», «Сфера», Москва 2001 г.
2. Любимова В. «Кинезиология. или природная мудрость тела», «Невский проспект», Санкт-Петербург, 2005 г.
3. Деннисон П., Г. Деннисон «Программа «Гимнастика ума». Пер. С.М. Масгутовой, Москва, 1997 г.