(cc) BY

Маковецкая Елена Павловна

педагог-психолог

Мищенко Валентина Юрьевна

магистр, инструктор по физической культуре

МБОУ «Начальная школа – детский сад №55»

г. Белгород, Белгородская область

ФОРМИРОВАНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ СФЕРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация*: статья посвящена исследованию процессов формирования эмоционально-личностной сферы младших школьников на уроках физической культуры. Актуальность данной темы определяется важностью развития не только физического, но и эмоционально-личностного компонента у младших школьников.*

Ключевые слова*: эмоционально-личностная сфера, младшие школьники, уроки физической культуры.*

В наше современное время, когда роль физической активности и здорового образа жизни все более приобретает значение, задача формирования эмоционально-личностной сферы младших школьников на уроках физической культуры становится особенно актуальной. Необходимость развития не только физических, но и эмоциональных и личностных качеств в рамках уроков физкультуры является одной из важнейших составляющих успешного развития ребенка.

Основной целью уроков физкультуры в начальной школе является не только формирование знаний и навыков в области физической культуры и спорта, но и развитие эмоционально-личностной сферы ребенка. Ведь физическая активность способствует повышению уровня эмоциональной стабильности, формированию позитивного эмоционального фона и укреплению психологического здоровья. Кроме того, занятия физической культурой способствуют

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

развитию самоуважения и самооценки, активизации саморегуляции и овладению навыками коллективной деятельности.

Процесс формирования эмоционально-личностной сферы младших школьников на уроках физической культуры требует комплексного подхода, включающего как физические, так и психологические методы и приемы. На уроках физкультуры применяются игровые и соревновательные формы активности, которые не только способствуют физическому развитию, но и создают благоприятную эмоциональную обстановку. Проведение разнообразных коллективных игр, командных состязаний и эстафет способствует формированию навыков сотрудничества, толерантности, а также позволяет детям выражать свои эмоции и чувства в рамках ситуативных задач.

На уроках физкультуры также используются практические задания, направленные на развитие саморегуляции и самонаблюдения. Ребята учатся оценивать и контролировать свои эмоциональные состояния в процессе выполнения физических упражнений, а также осознанно регулировать их. Это не только способствует эмоциональной стабильности, но и помогает детям лучше понимать свои возможности и границы, развивать уверенность в себе и самостоятельность.

Преподаватели физической культуры тщательно планируют свои уроки, уделяя особое внимание формированию эмоциональной сферы учеников. Они стимулируют детей к проявлению положительных эмоций во время занятий, таких как радость, уверенность и взаимодействие с товарищами. Многие упражнения предусматривают групповую работу, что способствует формированию эмоционального контакта и развитию навыков сотрудничества.

На уроках физической культуры дети не только укрепляют своё тело, но и развивают эмоциональную сферу. Они настраиваются на активность, передвижение и межличностную коммуникацию. Учебный процесс включает в себя игры, упражнения и спортивные соревнования, которые создают условия для развития личностных качеств, таких как смелость, настойчивость и стремление к достижению целей.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Одной из основных задач учителей физической культуры является помощь детям в осознании своих эмоций и научиться эффективному управлению ими. Уроки физической культуры создают условия для выражения эмоций, разрядки негативной энергии и испытания радости от активной деятельности. Дети учатся реагировать на физические нагрузки, возникающие сложности и достижения с умением контролировать своё поведение и эмоции.

В заключение, уроки физической культуры играют значительную роль в формировании эмоционально-личностной сферы младших школьников. Они помогают развивать не только физическую активность, но и эмоциональные и личностные качества. Уверенность, смелость, настойчивость и способность контролировать свои эмоции – вот что ученики получают благодаря участию в уроках физической культуры. Это поможет им не только в школьной жизни, но и в будущем, взрослой жизни.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)