

EMOTIONAL PREPARATION OF CHILDREN FOR SCHOOL

Nargiza Yusupova

Trainee of the Department of Preschool Education
Nukus state pedagogical institute named after Ajiniyaz

Summary: The article examines the problem of children's emotional readiness for learning at school as one of the key components of general psychological readiness. The features of the emotional development of preschoolers, the factors influencing the formation of emotional stability, and the role of the family and educators in preparing the child for school life are analyzed.

Keywords: emotional readiness, preschool age, school adaptation, psychological preparation, emotions, anxiety, self-esteem.

ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА ДЕТЕЙ К ШКОЛЕ

Юсупова Наргиза

стажёр кафедры «Дошкольное образование»

НГПИ имени Ажинияза

Аннотация. В статье рассматривается проблема эмоциональной готовности детей к обучению в школе как одного из ключевых компонентов общей психологической готовности. Анализируются особенности эмоционального развития дошкольников, факторы, влияющие на формирование эмоциональной устойчивости, а также роль семьи и педагогов в подготовке ребёнка к школьной жизни.

Ключевые слова: эмоциональная готовность, дошкольный возраст, адаптация к школе, психологическая подготовка, эмоции, тревожность, самооценка.

Переход ребёнка из дошкольного учреждения в школу является важным этапом его жизни. Этот период сопровождается не только изменением социальной

ситуации развития, но и значительными эмоциональными переживаниями. Успешность адаптации к школьному обучению во многом зависит от уровня эмоциональной готовности ребёнка.

Современные исследования показывают, что интеллектуальная подготовка сама по себе не гарантирует успешного обучения. Ребёнок должен быть готов эмоционально: уметь справляться с волнением, взаимодействовать с окружающими и адекватно реагировать на трудности.

Эмоциональная готовность представляет собой способность ребёнка управлять своими чувствами, адекватно выражать эмоции и сохранять устойчивое психическое состояние в новых условиях.

К основным компонентам эмоциональной готовности относятся: эмоциональная устойчивость, способность к саморегуляции, положительное отношение к школе, снижение уровня тревожности и адекватная самооценка. Ребёнок, обладающий достаточной эмоциональной готовностью, легче адаптируется к школьной среде, быстрее устанавливает контакт с учителем и сверстниками.

В дошкольном возрасте активно развивается эмоциональная сфера. Дети становятся более чувствительными к оценкам взрослых, начинают осознавать свои переживания и учатся их контролировать. Для данного возраста характерны: высокая эмоциональная реактивность, зависимость настроения от внешних факторов, потребность в поддержке и одобрении и формирование эмпатии. К старшему дошкольному возрасту ребёнок начинает понимать эмоции других людей, что способствует развитию коммуникативных навыков.

На развитие эмоциональной готовности влияет ряд факторов:

1. Семья. Семейная атмосфера играет решающую роль. Поддержка, внимание и эмоциональная близость способствуют формированию уверенности у ребёнка.

2. Дошкольная образовательная организация. Педагоги, воспитатели формируют навыки общения, саморегуляции и эмоционального контроля через игры, занятия и взаимодействие в группе.

3. Индивидуальные особенности детей. Темперамент, уровень тревожности и особенности характера также влияют на эмоциональную подготовку.

При недостаточной эмоциональной подготовке могут возникать следующие трудности как повышенная тревожность, страх перед школой, трудности в общении со сверстниками, низкая самооценка и эмоциональная неустойчивость. Такие дети быстрее утомляются, теряют интерес к обучению и испытывают стресс в новых условиях.

Для успешной подготовки ребёнка к школе необходимо целенаправленно развивать его эмоциональную сферу.

- **Игровые методы.** Игра является ведущей деятельностью дошкольника. Через сюжетно-ролевые игры ребёнок учится выражать эмоции и взаимодействовать с другими.

- **Развитие навыков саморегуляции.** Важно обучать ребёнка контролировать свои эмоции, делать дыхательные упражнения, релаксационные техники а также обсуждать их переживания.

- **Создание позитивного образа школы.** Необходимо формировать у ребёнка положительное отношение к школе через рассказы, экскурсии и общение с учителями.

- **Поддержка взрослых.** Родители и педагоги должны постоянно поддерживать ребёнка, избегать излишнего давления, поощрять успехи и помогать справляться с неудачами.

Для повышения уровня эмоциональной готовности рекомендуется регулярно беседовать с ребёнком о его чувствах, использовать сказкотерапию и

арт-терапию, развивать навыки общения, формировать адекватную самооценку и создавать ситуации успеха.

Таким образом, эмоциональная подготовка детей к школе является важнейшим условием их успешной адаптации и дальнейшего обучения. Сформированная эмоциональная устойчивость помогает ребёнку справляться с трудностями, строить отношения и сохранять интерес к учебной деятельности. Комплексный подход, включающий участие семьи и педагогов, позволяет создать благоприятные условия для гармоничного развития личности ребёнка.

Список использованной литературы

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. - М.: Педагогика, 2008.
2. Выготский Л.С. Психология развития ребёнка. - М.: Эксмо, 2004.
3. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как фактор развития личности. - СПб.: Питер, 2022.
4. Глубокая Е.А., Гукина О.А. Психологическая готовность ребёнка к школе // Педагогический альманах, 2024.
5. Ефимова И.И., Макарова Т.А. Психологические подходы к исследованию готовности детей к школе // Студенческий научный форум, 2016.
6. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогические основы готовности к школе. - М.: Владос, 2016.