Копейкина Евгения Николаевна
канд. пед. наук, доцент
Копейкина Дарья Антоновна
студентка
ФГАОУ ВО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет»
г. Белгород, Белгородская область

ТРЕВОЖНОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ КАК ФАКТОР СНИЖЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: *цель исследования – выявить степень влияния тревожности родителей на показатели двигательной активности детей дошкольного возраста. Проведены подсчет среднесуточного количества шагов детей среднего и старшего дошкольного возраста и оценка уровня тревожности родителей по шкале Спилберга – Ханина. Степень влияния уровня тревожности на показатели двигательной активности определялась при помощи корреляционного анализа. Он позволил выявить высокую степень зависимости: чем выше уровень тревожности родителей, тем ниже показатели шагометрии у детей.*

Ключевые слова: *дошкольники, двигательная активность, тревожность, шагометрия.*

В настоящее время проблема тревожности, как взрослых, так и детей является одной из актуальных. Исследования А.И. Захарова (1993) и Е.В. Голубевой (2009) свидетельствуют о том, что на поведение ребенка дошкольного возраста значительное влияние оказывают родительские и внутрисемейные отношения, так как семья для него является основным окружением, в котором происходит его формирование [3; 5].

Двигательная активность растущего человека является основой формирования личности ребенка. В процессе овладения различными двигательными действиями происходит не только формирование познавательных и волевых качеств, но и социализация ребенка [2; 7].

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

Дети очень эмпатичны к эмоциональному состоянию родителей. Ситуативная обстановка на территории России, а особенно в приграничных регионах часто вызывает тревогу у взрослого населения о безопасности детей. Когда родители находятся в тревожном состоянии им сложно находить силы и желание включиться в активные игры с ребенком [8]. Тревожность родителей может оказывать влияние на двигательную активность детей. Из-за повышенной тревожности родители могут вводить ограничения: не разрешать играть на улице, не выходить на открытое пространство, не лазать по горкам и другим конструкциям на улице и другие. Постепенно это приводит к тому, что ребенок и сам начинает выбирать малоподвижные игры, предпочитать настольные игры подвижным играм на улице [1; 4].

Фрайдфельд И.В. и Малоземова И.И. связывают уровень двигательной активности ребенка с его психо-эмоцинальным благополучием [6].

Цель исследования – выявить степень влияния тревожности родителей на показатели двигательной активности детей дошкольного возраста.

Материалы и методы исследования. С целью оценки влияния тревожности родителей на показатели объема двигательной активности детей дошкольного возраста были проведены подсчет среднесуточного количества шагов детей среднего и старшего дошкольного возраста и оценка уровня тревожности родителей по шкале Спилберга – Ханина. В исследовании принимали участие 65 детей (32 ребенка 4–5 лет и 33 ребенка 6–7 лет) и 84 родителя. Исследование проводилось в детских садах г. Белгорода. Методы исследования: изучение, анализ, сопоставление данных научно-методической литературы; шагометрия; анкетирование и опрос; статистическая обработка полученных результатов (достоверность различий по t критерию Стьюдента, корреляционный анализ).

Результаты исследования и их обсуждение. В связи с режимом повышенной готовности, периодически вводимым в регионе, а также в соответствии с рекомендациями МЧС РФ в случае объявления опасности населению необходимо экстренно переместиться в помещение или укрытие [9,10]. Опрос родителей детей дошкольного возраста выявил, что они предпочитают не выходить с

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

детьми на прогулки и минимизировать нахождение их на улице. Чаще всего дети играют дома, в ограниченном пространстве и в отсутствии коммуникаций со сверстниками.

Проведенное нами исследование уровня реактивной (РТ) и личностной (ЛТ) тревожности родителей по шкале Спилберга – Ханина позволило выявить что, значительная часть родителей имеют высокий уровень тревожности (РТ – 88,09%; ЛТ – 84,52%), средний уровень тревожности у 9,25% (РТ) и 10,71% (ЛТ) родителей, и только у 2,38% (РТ) и 4,76% (ЛТ) низкий уровень (рис. 1). Это говорит о том, что большинство родителей находятся в стрессовой ситуации, испытывают дискомфорт, напряженность и беспокойство.



Рис. 1. Уровень реактивной и личностной тревожности родителей

Для определения показателей двигательной активности детей старшего и среднего дошкольного возраста был проведен мониторинг суточной шагометрии детей как во время пребывания детей в дошкольных учреждениях (ДОУ), так и вне дошкольного учреждения (выходные дни), так как в условиях детского сада все дети находятся в равных условиях и режим их двигательной активности в большей степени зависит от воспитателей.

Таблица 1

Показатели шагометрии детей среднего и старшего дошкольного возраста (n=65) и корреляционный анализ их зависимости от уровня тревожности родителей (n=65)

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

Возраст	Шагометрия (шагов в сутки)		Р между шагометрией в ДОУ и вне ДОУ	Корреляционная связь тревожности родителей с шагометрией вне ДОУ
	в ДОУ	вне ДОУ		
4–5 лет (n= 32)	12115,29±1329,45	9373,43±421,35	#	0,73 – сильная корреляционная связь (обратная)
6–7 лет (n=33)	13663±774,62	10374,75±365,02	#	0,71 – сильная корреляционная связь (обратная)

– $P \leq 0,05$ по t – критерию Стьюдента

Из таблицы 1 видно, что двигательная активность детей в выходные дни достоверно ниже, чем в дни посещения ДОУ. Сильная корреляционная связь свидетельствует о непосредственном влиянии уровня тревожности у родителей на показатели двигательной активности детей: чем выше у родителей уровень тревожности, тем ниже показатели шагометрии у детей.

Для решения данной проблемы необходимо проводить разъяснительные беседы с родителями, рассказывать им о важности движений в жизни и развитии ребенка.

Список литературы

1. Регулирование двигательной активности дошкольников в условиях семейного воспитания в аспекте социологического анализа / Л. Н. Волошина, В. Л. Кондаков, Е. Н. Копейкина, И. Г. Волошина // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 8. – С. 47–49.

2. Волошина, Л. Н. Социально-педагогические детерминанты развития двигательной активности растущего человека : монография / Л. Н. Волошина; под общ. ред. Л.Н. Волошиной, В.Л. Кондакова, Е.Н. Копейкиной. – Белгород : Литературный караван, 2020. – 165 с.

3. Голубева, Е. В. Диагностика типов детско-родительских отношений / Е. В. Голубева, О. Н. Истратова // Российский психологический журнал. – 2009. – Т. 6, № 1. – С. 25–34.

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

4. Ефимова, Е. А. О месте подвижных игр в жизни современных детей / Е. А. Ефимова // Международный научно-исследовательский журнал. – 2015. – № 11–4 (42). – С. 108–113.

5. Захарова, Н. В. Снижение тревожности детей старшего дошкольного возраста средствами игровой коррекции / Н. В. Захарова, Т. В. Першина // Концепт. – 2015. – Т. 13. – С. 1771–1775.

6. Малоземова, И. И. Оптимизация двигательной деятельности детей дошкольного возраста как условие достижения эмоционального благополучия / И. И. Малоземова, И. В. Фрайфельд // Современные проблемы науки и образования. – 2012. – № 3. – URL: https://science-education.ru/article/view?id=6511 (дата обращения: 08.10.2026). – Текст : электронный.

7. Серых, Л. В. К проблеме позитивной социализации дошкольников в двигательно-игровой деятельности / Л. В. Серых // Мир педагогики и психологии. – 2020. – № 10 (51).

8. Трегуб, А. Р. Влияние типа детско-родительских отношений на проявления тревожности у детей старшего дошкольного возраста / А. Р. Трегуб, К. С. Сверкунова, Т. В. Першина // Концепт. – 2016. – Т. 11. – С. 2276–2280.

9. Как вести себя при обстреле // Главное управление МЧС России по Белгородской области : официальный сайт. – URL: https://31.mchs.gov.ru/deyatelnost/deyatelnost/kak-vesti-sebya-pri-obstrele (дата обращения: 09.10.2026). – Текст : электронный.

10. Памятка. Как защитить себя при беспилотной, авиационной или ракетной атаке // МЧС России : официальный сайт. – URL: https://mchs.gov.ru/dokumenty/8090 (дата обращения: 09.10.2026). – Текст : электронный.

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