

Младший школьный возраст является важным периодом для развития саморегуляции, так как в это время у ребенка начинают формироваться произвольные умственные действия: намеренное запоминание и припоминание учебного материала, произвольное внимание, направленное на устойчивое наблюдение, упорство в решении мыслительных задач [1, С.33]. Ключевая роль в вопросе формирования саморегуляции отводится дополнительному образованию. Дополнительное образование направлено не только на удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, художественно -эстетическом, нравственном развитии, но и на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья детей посредством реализации дополнительных общеобразовательных, общеразвивающих программ [2, С.4]. С целью изучения формирования саморегуляции детей младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования нами было проведено исследование, в котором приняли участие учащиеся образовательного центра «Планета Английского» в возрасте 7-8 лет. Выборку составили 10 человек. Для изучения процесса формирования саморегуляции младших школьников мы использовали психологический метод моделирования. В.И. Долгова дает следующее определение модели: модель (в широком понимании) – упрощенный мысленный или знаковый образ, какого – либо объекта или системы объектов, используемый в качестве их «заместителя» и средство оперирования [3, с.42]. В ходе исследования использовались следующие методики [4, 5, 6]:

- 1) Теоретические – анализ психолого-педагогической литературы, целеположение, моделирование;
- 2) Эмпирические – тестирование, констатирующий эксперимент, формирующий эксперимент, Т- критерий Вилкогсона;
- 3) Методика «Графический диктант» диагностирование внимания, самоконтроля, умения действовать по правилу;
- 4) Методика Н.В. Ульенковой «Палочки – черточки»;
- 5) Методика «Детский вариант личностного теста Р. Кеттелла».

Результаты констатирующего эксперимента представлены нами на рисунке 1. Результаты исследования диагностики уровня способности к

саморегуляции с использованием детского варианта личностного теста Р.Кеттелла. Рисунок. 1 Уровни способности к саморегуляции с использованием детского варианта личностного теста Р.Кеттелла Мы видим, что 5 (50%) ребят, обладают средним уровнем развития самоконтроля они достаточно легко справились с тестом. Эти учащиеся имеют высокий уровень развития смелости, инициативности, самостоятельности, деловитости, упрямства, но они не могут использовать данные качества при преодолении трудностей. Это приводит к недовольству другими, но в себе они не видят причины неуспеха. Следует отметить, что в их тестах достаточно много помарок, что показывает нам еще о недостаточном уровне сформированности их способности к самоконтролю. 3 (30%) обладают высоким уровнем развития самоконтроля, это свидетельствует об их хорошей приспособленности и умении контролировать свое поведение. Эти учащиеся имеют высокий уровень развития волевых качеств. Они эмоционально устойчивы при столкновении с трудностями, умеют регулировать свое поведение, инициативны, самостоятельны, настойчивы, активны, отличаются поисковым адекватным поведением В их работах нет помарок, все задания выполнены чисто и аккуратно. 2 (20%) ребят имеют низкий уровень развития самоконтроля, что говорит, об их слабом развитии волевых качеств, нерешительности, не уверенности в своих возможностях, требуют поддержки со стороны товарищей, взрослых. Для них характерна эмоциональная неустойчивость, низкий уровень саморегуляции сказывается на качестве выполнения любого задания. Учащиеся этой группы теряются при столкновении с трудностями и, как правило, имеют низкий уровень развития таких качеств, как самостоятельность, решительность, организованность, настойчивость. Эти учащиеся обладают низким уровнем развития способности к волевым усилиям. Они так же допустили большое количество ошибок при выполнении теста. Результаты исследования диагностики самоконтроля и умения действовать по правилу «Графический диктант» Рисунок. 2 Диагностика самоконтроля и умения действовать по правилу 2 (20%) детей имеют высокий уровень самоконтроля, эти ребята могут

хорошо ориентироваться в пространстве. Так же они умеют внимательно слушать и точно выполнять указания взрослого, правильно, самостоятельно действовать. 6(60%) детей обладают средним уровнем самоконтроля, такие дети, часто выслушивают взрослого до конца, стараются самостоятельно выполнить задание, но не всегда у них хватает сил перепроверить себя. 2 (20%) детей обладают низким уровнем самоконтроля. Очень часто таким ребятам не сразу удается выполнить задание, так как им порой бывает очень сложно настроиться на работу. Результаты исследования диагностики «Определение уровня сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности Н.В.Ульенковой»

Рисунок. 3 Уровни сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности Ульенковой Н.В. Исходя из полученных результатов, мы видим, что высоким уровнем саморегуляции обладает всего 2 (20%) человека эти ребята приняли задание полностью, работали сосредоточенно, не отвлекается на протяжении всего занятия; работали в основном точно, если допускали отдельные ошибки на то или иное правило, то при проверке замечали и самостоятельно устраняли их; не спешили сдать работу сразу же после сигнала об окончании, а еще раз проверяли написанное; в случае необходимости вносили поправки, делали все, чтобы работа не только была выполнена правильно, но и выглядела аккуратной, красивой. 7 (70%) детей имеют средний уровень саморегуляции, эти ребята приняли задание полностью, сохранили его также полностью до конца занятия; по ходу работы допускали немногочисленные ошибки на те или иные правила, но не замечали и не устраняли их; также не устраняли ошибки и в специально отведенное для проверки время в конце занятия, ограничивались лишь беглым просмотром написанного; качество оформления работы их не заботит, хотя общее стремление получить хороший результат у них есть. Всего у 1 (10%) низкий уровень саморегуляции так как, этот ребенок не принял задание преподавателя, содержащее ряд правил и не подчинил ему свою деятельность в отведенном временном интервале. Проанализировав полученные результаты и сопоставив их с результатами и технологиями последующей деятельности специалистов [7,

8, 9], мы выявили необходимость в проведении коррекционно-развивающих занятиях с младшими школьниками для повышения уровня сформированности саморегуляции. В связи с этим мы использовали модифицированный вариант программы Н.Г. Яковлевой, который включает в себя курс специальных занятий – игротренинг. Цель программы: комплексное развитие и коррекция различных сторон психики детей. Задачи программы: • повышение уровня самоконтроля в отношении своего эмоционального состояния в ходе общения; • совершенствование внимания; • обучение приемам саморасслабления; • формирование у детей умения владеть выразительными движениями (мимикой, жестами, пантомимикой). При составлении программы мы опирались на следующие принципы: 1. Принцип мотивационной готовности предполагает ориентацию педагога на то, что значимо для детей в данный момент. Такая установка требует от педагога постоянной собственной готовности проработать любую интересующую воспитанников тему. Следование этому принципу предполагает быстрое и четкое планирование серии упражнений, занятий по данной теме. Необходимо также умение выделять в материале главное и максимально раскрывать содержание темы, поддерживая мотивацию учащихся. 2. Принцип системности: каждое из предполагаемых занятий направлено на развитие определенного вида мышления, но в целом они образуют систему занятий. Направленных на развитие мышления в общем. 3. Принцип целостности материала. Под целостностью материала программы понимается единство когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов, т. е. органическая взаимосвязь информации, которая предлагается предполагает возможность балансировки хода занятий, что является, основным подходом к проведению занятий в личностно-ориентированной модели образования и условием эффективности данной программы. 4. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников в обучении реализуется в том, что принимаются во внимание следующие характеристики младшего школьного возраста: - преимущественная ориентация на процесс общения; - интенсивное развитие абстрактного мышления, изменение его способов, его

социализация. 5. Принцип доверительного общения, заключающийся в создании обстановки доверия, чувства общности. Форма работы - групповая. Основными методами обучения являются: • Этюды; • Игры с правилами; • Творческие игры; • Аутотренинг. Общее время, отводимое на коррекционную программу 10 часов. Частота встреч – 1 раз в неделю. Количество занятий – 10. Длительность каждого коррекционного занятия 40 мин. Этапы проведения коррекционной работы с детьми младшего школьного возраста: 1. Ориентировочный этап - даёт возможность познакомиться с детьми, установить контакт с группой и с каждым ребёнком в ней. 2. Коррекционный этап - непосредственно коррекционная работа, в данном случае формирование саморегуляции у детей младшего школьного возраста. Используются специально подобранные игры и упражнения. Просветительская работа с учителями и родителями. 3. Итоговый этап - закрепление, подведение итогов, анализ проведённой работы. Программа состоит из 10 специально подготовленных занятий, каждое из которых состоит из 3 частей: 1. Вводная часть - знакомство с детьми, приветствие. Создание благоприятного настроения на дальнейшую работу. 2. Основная часть - проведение игр и упражнений на снижение агрессивного поведения, повышение самооценки. 3. Итоговая часть - подведение итогов занятия, прощание с группой. С целью определения эффективности реализации психолого-педагогической программы формирования саморегуляции у детей младшего школьного возраста была проведена повторная диагностика с использованием тех же методик, что и на констатирующем этапе эксперимента. Результаты исследования диагностики уровня способности к саморегуляции с использованием детского варианта личностного теста Р.Кеттелла представлены на рисунке 4. Рисунок 4 Уровни способности к самоуправлению с использованием детского варианта личностного теста Р.Кеттелла. Результаты исследования способности к самоуправлению с использованием детского варианта личностного теста Р.Кеттелла показали, что количество детей с высоким уровнем к самоуправлению возросло на 20%. Следует отметить, что после проведенной

работы по формированию способности к самоуправлению не было выявлено детей с низким уровнем самоуправления. Ребята, которые до этого эмоционально остро реагировали на свои неудачи, и оценивали себя как менее способных по сравнению с большинством сверстников, плохо контролировали свои эмоции, испытывали психологические и поведенческие проблемы в приспособлении к новой обстановке. Стали гораздо увереннее в себе, эмоционально устойчивыми, менее тревожными, более сдержанными, решительными. Результаты исследования диагностики самоконтроля и умения действовать по правилу «Графический диктант» Рисунок 5 Диагностика самоконтроля и умения действовать по правилу. Полученные результаты позволяют сделать вывод, количество человек имеющих высокий и средний уровень саморегуляции возросло. На графике видно, что количество человек с высоким уровнем самоконтроля возросло от 2 (20%) до 3 (30%), а количество детей со средним уровнем самоконтроля от 6 (60%) возросло до 7 (70%), а так же исчезла группа детей с низким уровнем самоконтроля. Ребята стали гораздо лучше ориентироваться в пространстве, быстрее настраиваться на работу, более точно выполнять указания взрослого, самостоятельно принимать решения. Научились перепроверять себя. Результаты исследования диагностики «Определение уровня сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности Ульенковой Н.В» Рисунок 6 Уровни сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности Ульенковой Н.В. Следует отметить, что на 20 % увеличилось количество детей с высоким уровнем саморегуляции и 10% со средним уровнем саморегуляции, исчезла группа детей с низким уровнем саморегуляции. У всех ребят прослеживается высокое стремление получить хороший результат. Они очень внимательны, сосредоточены, самостоятельно перепроверяют свою работу. Для проверки эффективности психоло-педагогической программы формирования саморегуляции детей младшего школьного возраста, нами был использован Т-критерий Вилкоксона. Для подсчета Т-критерия нужно занести результаты в таблицу [4, с.127]. При статистической обработке данных получен следующий

результат: $T_{\text{эмп.}} = 8$ при $p < 0,05$, следовательно, $T_{\text{эмп.}} < T_{\text{кр.}}$, полученные показатели попали в зону значимости, т.е. различия значимы. Определяем по таблице критических значения критерия Т-критерия Вилкоксона p -уровень значимости. Для $n=10$ эмпирическое значение находится между критическими для $p = 0,05$ и $p=0,01$. Следовательно, $p < 0,05$. Таким образом, используя таблицу значений критерия Т. Вилкоксона получили, что $T_{\text{эмп.}} = 8$ Анализ результата формирующего эксперимента показал, положительную динамику в сокращение низкого уровня саморегуляции, следовательно, разработанная и апробированная нами «Программа психолого-педагогического формирования саморегуляции младших школьников» дала положительный результат и ее можно считать эффективной. Процесс формирования саморегуляции довольно длительный и сложный. Далеко не сразу маленький школьник научается управлять своим поведением и тем более протеканием своих внутренних психических процессов. В результате исследования мы увидели недостаточно сформированный уровень саморегуляции деятельности у детей младшего школьного возраста. Теоретическое и эмпирическое изучение проблемы привело к необходимости разработки и апробации психолого-педагогической программы психолого-педагогического формирования саморегуляции младших школьников. Анализ результата формирующего эксперимента показал, прослеживается положительная динамика в сокращение низкого уровня саморегуляции, следовательно, разработанная и апробированная нами «Программа психолого-педагогического формирования саморегуляции младших школьников» дала положительный результат и ее можно считать эффективной.

Пожалуйста, не забудьте правильно оформить цитату:
Иванова Л. В., Слав М. Г. Формирование саморегуляции детей младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 157–166. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/56990.htm>.