

УДК 159.9

**Л. В. Попова,**факультет начального, дошкольного и специального образования,  
Омский государственный педагогический университет  
Научный руководитель: канд. психол. наук, доц. И. Н. Рассказова

## Особенности развития некоторых компонентов саморегуляции младших школьников

*Аннотация.* В статье рассматривается понятие «саморегуляция», а также особенности и проблемы ее развития у младших школьников. Определяются возможности ее диагностики и формирования в образовательном процессе начальной школы. Представлены результаты эмпирического исследования когнитивного и оценочно-рефлексивного компонентов саморегуляции.

*Ключевые слова:* саморегуляция, младший школьный возраст, навыки саморегуляции, начальная школа, когнитивный компонент, оценочно-рефлексивный компонент.

**В** современном мире успех деятельности во многом зависит от личностных особенностей человека. Обществу необходима личность целеустремленная, способная к самостоятельности, умеющая планировать, осуществлять, контролировать и корректировать свою деятельность; обладающая развитыми коммуникативными навыками. Все эти качества присущи личности с высоким уровнем саморегуляции.

Саморегуляция рассматривается как процесс внутренней психической активности человека, зависящий от его индивидуальных особенностей, который с помощью регуляторных умений развивает способность человека к регуляции собственного поведения и деятельности [2].

Многие ученые, исследующие формирование личности ребенка (Л. И. Божович, Д. Б. Эльконин и др.), считают младший школьный возраст периодом перехода ребенка на новый уровень развития самосознания, формирования произвольности в деятельности и способности управлять своим поведением. Это создает благоприятные условия для развития саморегуляции, являющейся важным образованием в структуре личности [1; 6].

Несмотря на это, младшие школьники часто отличаются дезадаптивным поведением, неумением управлять своей деятельностью и эмоциями. И это может «породить» различного рода проблемы, включая такие серьезные, как десоциализация [5] и деструктивное поведение [4].

Всё это позволяет рассматривать формирование саморегуляции обучающихся как одну из самых сложных задач современного образования. Актуальность данной проблемы подтверждается потребностями общества и неослабевающим ин-

тересом к ней ученых, исследователей. При этом проблема формирования саморегуляции младших школьников недостаточно изучена, существует недостаток методических разработок, учитывающих особенности развития младших школьников, а также низкий уровень их применения в образовательном процессе начальной школы.

Важно направить педагогические усилия на развитие саморегуляции школьников, чтобы в дальнейшем избежать трудностей в их обучении и поведении, связанных с низким уровнем развития этой способности.

Исследование, проведенное Е. Б. Мамоновой, показало, что в образовательном процессе большее внимание уделяется целеполаганию, планированию и контролю деятельности, тогда как самостоятельность, решительность и инициативность развиваются в меньшей степени. Такая ситуация не позволяет эффективно формировать навыки саморегуляции [3].

Необходимо, чтобы важность развития саморегуляции понимали как педагоги, так и родители. Процесс этот непрерывный, сложный, и ребенку нужна помощь в формировании навыков саморегуляции и в образовательном учреждении, и дома. Чтобы оценить, какая помощь требуется и в каком объеме, должен быть исследован уровень развития саморегуляции младших школьников, а именно уровень развития когнитивного, мотивационного, деятельностного и оценочно-рефлексивного компонентов.

В данной работе мы представляем результаты эмпирического исследования когнитивного и оценочно-рефлексивного компонентов саморегуляции младших школьников. Исследование

проводилось на базе средней общеобразовательной школы № 142 г. Омска в апреле 2022 г. В нём приняли участие 30 учащихся 1-го класса в возрасте 8–9 лет.

В ходе проведения исследования применены авторские анкеты, разработанные специально для данной работы, а также диагностика самооценки «Кружки» по методике Дембо — Рубинштейн.

Анкета «Что я знаю о саморегуляции?» позволяет выявить уровень сформированности у ребенка представлений о сути саморегуляции, значимости ее в жизнедеятельности человека, а также о средствах формирования саморегуляции. В результате анкетирования установлено, что такие представления сформированы на высоком уровне у 17 учащихся (57 %), на среднем — у 40 % (12 человек), на низком — у 3 % (1 человек). Детальный анализ анкеты позволил установить, что 17 человек (57 %) уже знакомы с понятием «саморегуляция», и именно у них представления сформированы на высоком уровне.

Анкета «Саморегуляция в моей жизни» позволяет выявить уровень сформированности собственной саморегуляции по оценке ребенка. То есть на каком уровне у него сформированы такие навыки саморегуляции, как целеполагание, планирование, контроль, коррекция, оценивание, коммуникация. В результате анкетирования установлено, что сформированность навыков саморегуляции детей по уровням выражена следующим образом: на 1-м уровне (высоком) — 14 детей (47 %); на 2-м уровне (среднем) — 12 (40 %); на 3-м (низком) уровне — 4 (13 %); 4-й уровень (навыки не сформированы) не выявлен.

Самооценка является одним из показателей изучения оценочно-рефлексивного компонента развития саморегуляции. Для ее анализа была применена методика «Кружки» Дембо — Рубинштейн.

Результаты по сформированности самооценки получились следующие: завышенная — 10 (33 %) учащихся; адекватная — 20 (67 %). Заниженная самооценка не выявлена.

Сопоставление результатов сформированности у детей представлений о саморегуляции и самооценке позволило установить: из 10 детей с завышенным уровнем самооценки у 6 (60 %) представления о сути саморегуляции, значимости ее в жизнедеятельности человека сформированы на высоком уровне, также они высоко оценивают сформированность собственной саморегуляции. Среди 20 школьников с адекватным уровнем самооценки таких детей всего 3 (15 %).

Таким образом, результаты проведенного эмпирического исследования показывают, что когнитивный и оценочно-рефлексивный компоненты саморегуляции у большей части детей в классе сформированы на достаточно высоком уровне, несмотря на то, что они учащиеся 1-го класса. И всё-таки достаточно много детей, у которых исследуемые компоненты необходимо формировать.

Основываясь на выявленных особенностях и проблемах, мы предполагаем разработать педагогическую программу по формированию всех обозначенных компонентов саморегуляции младших школьников и внедрить ее в образовательный процесс начальной школы. Целью развития рассмотренных нами компонентов будет расширение представлений детей о саморегуляции: ее значимости в жизни, составляющих, возможностях развития. Важно, чтобы значимые взрослые из ближайшего окружения ребенка являлись для него примером высокого уровня саморегуляции, помогали ему овладеть полезными стратегиями управления собственной жизнью, эмоциями, поведением, деятельностью.

1. Божович Л. И. Проблема формирования личности. — М. : Ин-т практической психологии ; Воронеж : Модэк, 1995. — 352 с.
2. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности. — М. : Наука, 2011. — 320 с.
3. Мамонова Е. Б. Особенности развития личностной саморегуляции в младшем школьном возрасте : дис. ... канд. психол. наук. — Н. Новгород, 2004. — 201 с.
4. Рассказова И. Н. Проблема деструктивного поведения детей // Горизонты образования : материалы I Международ. науч.-практ. конф. — Омск : Ом. гос. пед. ун-т, 2020. — С. 133–136.
5. Рассказова И. Н. Социализированность младших школьников // Архитектурно-строительный и дорожно-транспортный комплексы: проблемы, перспективы, новации : материалы Международ. науч.-практ. конф. — Омск : СибАДИ, 2016. — С. 1142–1147.
6. Эльконин Д. Б. Психическое развитие в детских возрастах: Избранные психологические труды. — М. : Ин-т практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1997. — 416 с.