

Дядяшева Галина Ивановна

воспитатель

Галкина Светлана Викторовна

воспитатель

Савина Надежда Ивановна

воспитатель

Скоробогатых Олеся Алексеевна

воспитатель

МБДОУ Д/С №61 «Семицветик»

г. Старый Оскол, Белгородская область

ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ РЕФЛЕКСИИ У ДОШКОЛЬНИКОВ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ

***Аннотация:** проблема формирования навыков рефлексии у дошкольников представляется особенно значимой, так как является частью организации развивающего обучения ребёнка. Развитие навыков рефлексии – творческий процесс, в ходе которого ребёнок приобретает способность к анализу, синтезу, сравнению, обобщению, умению чётко и ясно излагать свои мысли.*

***Ключевые слова:** дезадаптация, рефлексия, эмоциональная саморегуляция, самооценивание и самоанализ, когнитивные умения и способности, психоэмоциональное напряжение.*

Над формированием навыков рефлексии у дошкольников работу ведём в течение пяти лет.

Почему именно формирование навыков рефлексии?

Решение проблемы формирования навыков рефлексии у дошкольников представляется особенно значимым, так как является частью организации развивающего обучения ребёнка дошкольного возраста. Целью современного дошкольного образования в условиях ФГОС – развитие гармоничной личности воспитанника. Важно приобщение ребенка к социуму, правилам и нормам

поведения в нем, а также развитие навыков самостоятельности, ответственности, взаимодействия с другими людьми, умение проявлять свои индивидуальные особенности и таланты, быть активным членом современного общества.

Несомненно, достичь таких результатов можно, только имея определенный багаж знаний. Поэтому обучение ребенка основам наук – не менее важная задача дошкольного образовательного учреждения, но критерии оценки усвоения такого материала детьми достаточно гибкие. Сегодня необязательно уметь читать, сев впервые за школьную парту, но важно, чтобы первоклассник был психологически подготовлен к предстоящей учебной деятельности. Так малыш должен уметь общаться со сверстниками, быть усидчивым, уметь удерживать внимание и многое другое.

В непосредственно образовательной деятельности происходит развитие теоретического мышления и его компонентов анализа, рефлексии и планирования. Конечной целью формирования рефлексии дошкольника является его становление как субъекта учения, превращает воспитанника в учащегося, способного самостоятельно осуществлять учебную деятельность, когда он оказывается в силах самостоятельно ставить цель деятельности, актуализировать необходимые для решения задачи знания и способы деятельности, когда он может планировать свои действия, корректировать их осуществление, соотносить полученный результат с поставленной целью, то есть самостоятельно осуществлять учебную деятельность. В процессе такого обучения ребенок должен достичь определённого достаточного высокого уровня самостоятельности, открывающего возможность справиться с разными заданиями, добывать новое в процессе решения учебных задач.

При переходе ребенка из дошкольного учреждения в начальную школу изменяется привычный образ жизни практически каждого первоклассника. По данным нашего наблюдения школьная дезадаптация на первом году обучения представляет распространенную проблему, которая касается в той или иной степени от 30 до 70% первоклассников. В помощи школьного психолога в период адаптации к школьному обучению нуждаются от 15 до 30% учащихся.

Ускорение темпа жизни, введение различных образовательных инноваций приводит к напряжению, появлению дезадаптации детей. Для ребенка становится невозможным осуществление своей познавательной роли в конкретных микросоциальных условиях. Часто оказывается, что, во-первых, не все воспитанники способны удовлетворять тем требованиям, которые предъявляются по ходу их обучения. Например, некоторые дети не могут быстро переключаться с одного задания на другое, им трудно заводить новые знакомства в детском коллективе, долго переживают обиду и т. д., что приводит зачастую такого ребенка и к школьной дезадаптации.

Во-вторых, по нашему мнению, один из главных источников нарушения эмоционально-волевой сферы – чрезмерная умственная нагрузка и неспособность ребенка справиться с ней.

Развитие навыков рефлексии – творческий процесс, в ходе осуществления которого ребёнок приобретает способность к анализу, синтезу, сравнению, обобщению, умению чётко и ясно излагать свои мысли.

Развитие рефлексии в период дошкольного возраста происходит в тесной связи со становлением ребенка как субъекта учебной деятельности. В начале эти действия осуществляют стихийно, но к концу дошкольного периода они приобретают для детей личностный смысл.

Существует проблема расширения сферы применения рефлексии, ее расширения не только на предметные и когнитивные действия, но и на собственное поведение дошкольников, собственные переживания, отношения со сверстниками.

На наш взгляд, это создает ряд проблемных ситуаций, требующих от детей определенного осмысления, как формы сотрудничества, так и формы своего участия в нем, оценки качества своих деловых и коммуникативных действий, своего отношения к партнеру, выяснение соответствия этой самооценки представлению о себе, своем «Я». То есть, реальные ситуации учения могут ставить детей перед необходимостью осуществлять процесс личной рефлексии.

Выбор темы работы определил следующие противоречия:

- между реальными условиями и возможностями для психолого-педагогической деятельности и идеалом, которого хотелось бы достичь;

- между уровнем подготовленности воспитанников, родителей и инновационными требованиями, которые предполагают заведомо высокий уровень подготовленности всех участников процесса.

Поиск путей устранения противоречий позволил определить проблему: как именно, по каким этапам происходит возрастное развитие рефлексивных действий дошкольников, в какой мере рефлексивные действия будут обеспечивать становление учебной самостоятельности.

Этим определяется актуальность и правомерность постановки научно-практических задач. К их числу относится задача разработки показателей развития личностных рефлексивных действий, а также выявление роли последних в становлении личностных составляющих учебной самостоятельности дошкольников.

Главными показателями развития личности на возрастном этапе считаем:

- познавательное развитие: соответствующий возрастным возможностям уровень умственной деятельности, психических процессов (внимания, памяти, мышления, связной речи);

- развитие познавательной активности: мотивация учения, познавательные интересы, отношение к деятельности, прилежание и старание, стремление и возможность использования знания в нестандартных ситуациях;

- сформированность рефлексии, навыков самооценивания и самоанализа: самостоятельность в выборе средств для решения поставленной задачи, умение осознавать свое незнание, находить причину ошибки, сравнивать результаты своей деятельности;

- развитие коммуникативных умений: навыков взаимодействия и сотрудничества, реализацию правил поведения и общения в коллективе, нравственных норм.

При построении модели формирования рефлексии по своей практике мы выделила 3 стадии формирования рефлексии: стадия становления коллективной рефлексии, стадия становления групповой рефлексии, стадия становления

индивидуальной рефлексии. В основу выделения указанных стадий использовали результаты исследований Г.А. Цукерман о том, что рефлексия в учебно-воспитательной деятельности переходит от интерпсихической формы в интрапсихическую, субъектом рефлексии является сначала детский коллектив, затем – группа воспитанников, затем – ребенок.

Основываясь на научно доказанных фактах и личном опыте работы в дошкольном учреждении, убедились, что воспитанники, имеющие дезадаптацию в школе, как правило, дети, не усвоившие навыки произвольного поведения, и имеющие значительные нарушения в эмоционально-коммуникативной сфере. Для проведения профилактической и коррекционно-развивающей работы на основе нескольких программ и разработок (Т.В. Азарова «Психологическая работа с детьми», Н.В. Самоукина «Психокоррекционные упражнения и программы»), в том числе и опыт работы коллег Старооскольского городского округа. Был составлен план работы по формированию навыков рефлексии у дошкольников и развитию определённых психических процессов и навыков в ходе специально организованной деятельности, а именно:

Раздел 1. *«Личность»*, направлен на освоение приемов позитивного налаживания контактов и поиска активного стиля общения. В ходе работы использовались игры «Снежный ком», «Имя + прилагательное», «Шалтай – Болтай», «Делай как я», «Четыре стихии», «Ассоциации», «Пантомима для наблюдательных», игры с сюжетными картинками, игры на пространственную ориентацию на плоскости.

Раздел 2. *«Самоценность»*, направлен на устранение страха, неловкости, негативизма во время общения с членами детского коллектива, развитие навыков принятия решений и ответственности за принятое решение. Для занятий использовались игры «Перекличка – путаница», «Кто больше увидит и запомнит», «Не пропусти профессию», «Правая, левая», «Рыба, птица, зверь», «Назови соседей», «Лабиринт» и другие, а также игровые упражнения «Спасибо, до свидания!», «Настроение в цвете»

Раздел 3. *«Эмоции, когнитивные умения и способности»*, направлен на преодоление барьеров контакта и устранение «помех» в установлении

эмоциональных контактов, повышение стрессоустойчивости, улучшение памяти и внимания, улучшение мыслительной деятельности. Для реализации задач данного раздела мы использовали игры «Кто больше увидит и запомнит», «Замок», «Лягушка», «Колечко», а также дыхательные и глазодвигательные упражнения, зеркальное рисование, этюды («Факиры» и др.)

Раздел 4. «*Развитие межполушарного взаимодействия*», направлен на развитие мелкой моторики, синхронизации работы полушарий. В процессе работы проводились: пальчиковая гимнастика «В гости к пальчику большому», «Здравствуй», «Травка» и др., игры, рисование пальчиками, выкладывание фигур из палочек, конструктора, игровые упражнения.

Реализация данного плана работы возможна при тщательном продумывании содержания и организации развивающей деятельности.

Основное содержание групповых занятий составляют игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения детей. Вместе с тем ещё одним необходимым элементом всех занятий должны быть психотехники, направленные на развитие собственно групповых структур и процессов, поддержание благоприятного внутригруппового климата, сплочение и организационное развитие детского сообщества.

Излагаемая программа представляет собой систему взаимосвязанных занятий, выстроенных в определённой логике и направленных на формирование у дошкольников необходимого уровня психологической готовности в сферах обучения, общения со сверстниками и педагогами, мотивационной готовности.

Умение расслабиться помогает одним детям снять напряжение, другим – сконцентрировать внимание, снять возбуждение. Расслабление достигается путем специально подобранных игровых приемов. Разработанная система мер по снятию психоэмоционального напряжения включает:

- систему релаксационных упражнений;
- систему психопрофилактических упражнений (по М. Чистяковой).

Опыт показывает, что в результате применения релаксации у детей налаживается сон, они становятся более уравновешенными, спокойными.

Целенаправленная работа над темой позволила достичь следующих результатов:

В эмоционально-волевой сфере дети научились:

- определять и сравнивать эмоциональные ощущения, различать их характер;
- направлять своё внимание на мышечные ощущения.

В двигательной активности – овладели следующими умениями:

- различать и сравнивать мышечные ощущения;
- частично снимать мышечные зажимы;
- произвольно направлять своё внимание на мышцы, участвующие в двигательном напряжении.

В сфере общения приобрели следующие умения:

- эмоциональной саморегуляции;
- навыки взаимодействия и сотрудничества.

В направлении развития теоретического мышления:

- определять конкретную цель своих поступков;
- выбирать из нескольких вариантов один конструктивный способ поведения;
- планировать свою поисковую деятельность;
- рефлексировать свои способы решения задач.

Список литературы

1. Веккер Л.М. Психика и реальность: единая теория психических процессов / Л.М. Веккер. – М.: Смысл, 2000.
2. Семаго Н.Я. Проблемные дети. Основы диагностической и коррекционной работы психолога / Н.Я. Семаго, М.М. Семаго. – М.: АРКТИ, 2000.
3. Семаго Н.Я. Руководство по психологической диагностике. Дошкольный и младший школьный возраст. / Н.Я. Семаго, М.М. Семаго. – М.: АПКПРО (Интегративная психология), 2000.

4. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М., 1999.
5. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве: норма и отклонения / Г.М. Бреслава. – М., 1990.
6. Никифоров Г.С. Человек и его самоконтроль / Г.С. Никифоров. – Л., 2009.
7. Словарь практического психолога / Сост. Головин С.Ю. – Минск: Харвест, 1997.