

Трофимова Мальвина Владимировна

воспитатель

Хуснетдинова Энже Илдусовна

воспитатель

Ефимова Елена Геннадьевна

воспитатель

МБДОУ «Д/С №112»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДОШКОЛЬНИКОВ В ДОУ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ НЕТРАДИЦИОННЫХ МЕТОДИК ОБУЧЕНИЯ

***Аннотация:** в статье проанализированы различные подходы к сущности понятия «саморегуляция», предложен комплекс нетрадиционных методик для эффективного развития саморегуляции детей дошкольного возраста в детском саду.*

***Ключевые слова:** саморегуляция, дети дошкольного возраста, нетрадиционные методики, игра, гимнастика.*

В настоящее время в российской педагогической науке и практике на первый план выдвигается идея развития личности ребенка. В связи с этим приоритетным направлением новых федеральных государственных стандартов является развитие потенциала личности. В документе «О приоритетных направлениях развития образования в Российской Федерации» отмечено, что современное образование – «это такое образование, благодаря которому человек способен самостоятельно работать, учиться и переучиваться».

Саморегуляция напрямую связана с развитием личности. Проблема саморегуляции актуальна для всех уровней образования. Место и роль саморегуляции в жизни человека достаточно очевидны, если принять во внимание, что практически вся его жизнь есть бесконечное множество форм деятельности, поступков, актов общения и других видов целенаправленной активности. Спо-

способность ребенка к саморегуляции собственной деятельности является одним из важнейших условий его психического и социального развития.

Изучением проблемы развития саморегуляции детей разного возраста занимались многие выдающиеся отечественные и зарубежные психологи: Н.Е. Веракса, Л.С. Выготского, О.А.Зарубиной, А.В. Запорожца, О.А. Конопкина, Е.О. Смирновой, И.И. Чесноковой, Д.Б. Эльконина и др.

Рассмотрим определение понятия «саморегуляция» в разных областях научных знаний: в психологии и педагогике.

Начало рассмотрения проблем саморегуляции было положено Л.С. Выготским в 20-х годах, который связывал специфически человеческий способ регуляции с созданием и употреблением знаковых психологических орудий и видел его в явлении овладения собственным поведением. Знаки понимались им как искусственные стимулы – средства, сознательно вводимые в психологическую ситуацию и выполняющие функцию автостимуляции [2].

В психологическом словаре А.В. Петровского и М.Г. Ярошевского саморегуляция характеризуется как целесообразное функционирование живых уровней организации и сложности. Психическая саморегуляция является одним из уровней регуляции активности этих систем, выражающим специфику реализующих ее психических средств отражения и моделирования действительности, в том числе рефлексии субъекта.

В словаре аналитического психолога В.В. Зеленского выделяется саморегуляция психическая – (Self-regulation of the Psyche; Selbstregulatorische Funktion der Psyche) – понятие, базирующееся на компенсаторных взаимоотношениях между сознанием и бессознательным

А. Ребер в Оксфордском толковом словаре указывает, что саморегуляция – приблизительный синоним саморуководства, но используемый более «нейтрально». То есть этот термин не предполагает теоретических дискуссий, которые лежат в основе коннотаций его приблизительного синонима.

Анализ зарубежной и отечественной психолого-педагогической литературы показал, что саморегуляция это:

- а) особый уровень программирования деятельности на основе процессов предвидения;
- б) управление человеком своими эмоциями, чувствами и переживаниями;
- в) целенаправленное изменение, как отдельных психофизиологических функций, так и нервно-психических состояний в целом;
- г) целенаправленный сознательный выбор характера и способа действий;
- д) «внутренняя» регуляция поведенческой активности человека;
- е) взаимодействие внешнего и внутреннего в поведении и деятельности индивида, и т. д.

По мнению многих психологов и педагогов, именно в дошкольном детстве приобретает тот сравнительно устойчивый внутренний мир, который дает основания впервые назвать ребенка личностью, хотя еще не вполне сложившейся, но способной к дальнейшему развитию и совершенствованию. В последние годы педагоги отмечают, что у большинства детей дошкольного возраста отсутствует произвольность важная часть психического развития. Таким детям трудно включиться в процесс обучения, у них отмечаются поведенческие нарушения, и они чаще других становятся неуспевающими, тяжело адаптируются к новым требованиям [1].

Мы считаем, что развитые формы произвольности не даются ребенку в готовом виде, они закладываются в раннем возрасте и формируются на протяжении всего дошкольного детства. Формирование у ребенка саморегуляции является задачей взрослых, которая решается в различных видах деятельности при различных формах взаимодействия взрослого и ребенка. Саморегуляция реализуется в индивидуальной форме, которая зависит от особенностей нервной деятельности, от личностных качеств ребенка, от определенных условий, а также от того как он организует свои действия, которые в свою очередь формируются в процессе его воспитания и образования.

Для эффективного формирования процесса саморегуляции дошкольника в детском саду мы предлагаем применение нетрадиционных методик обучения, как например:

Образно-игровая ритмическая гимнастика, главными составляющими которой служат образные или подражательные физические упражнения, музыка и элементы игры. Занятия ритмической гимнастикой способствуют развитию устойчивого внимания и собранности – важных предпосылок успешной учёбы, а так же формирует уверенность в себе, помогает преодолеть застенчивость, робость, повышает самооценку, формируются умения и навыки в согласовании движений с темпом и ритмом музыкального сопровождения, развиваются музыкальные способности.

Танцевально-игровая гимнастика способствует развитию мышления, воображения, находчивости и познавательной активности, расширяет кругозор. При занятиях данным видом деятельности у детей воспитывается умение эмоционального выражения, раскрепощённости и творчества в движениях, развивается инициатива, чувство товарищества, взаимопомощь, лидерство.

Креативная гимнастика предусматривает целенаправленную работу педагога по применению нестандартных упражнений, специальных занятий, творческих игр, направленных на развитие выдумки, творческой инициативы. Благодаря занятиям креативной гимнастикой создаются благоприятные возможности для развития созидательных способностей детей, их познавательной активности, мышления, свободного самовыражения и раскрепощённости.

Пальчиковая гимнастика является основой развития ручной умелости, мелкой моторике рук. Упражнения, превращая учебный процесс в увлекательную игру, не только обогащают внутренний мир ребёнка, но и оказывают положительное воздействие на улучшение памяти, мышления, развивают фантазию.

Самомассаж является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, дети получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребёнка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления [3].

Эффективным средством осознания своего поведения и овладения им в дошкольном возрасте считается игра. Именно в игре дети начинают соотносить свое поведение с образцом поведения, который задан в правиле, а значит, задумываться, правильно ли они действуют.

Игроритмика является основой для развития чувства ритма и двигательных способностей занимающихся, позволяет красиво и координационно правильно выполнять движения под музыку.

Игротанцы направлены на формирование у воспитанников танцевальных движений, что способствует повышению общей культуры ребёнка. Танцы имеют большое воспитательное значение и доставляют эстетическую радость.

Музыкально-подвижные игры. В них используются приёмы имитации, подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревнования.

Опыт использования данных методик в МБДОУ «Детский сад №112» г. Чебоксары показал, что предложенные методики являются эффективным средством развития саморегуляции детей дошкольного возраста, как в младших группах, так и в старших. Мы считаем, что применение данных нетрадиционных методик позволяет достигнуть необходимого уравнивания нервных процессов, а также способствует улучшению координации и регуляции мышечных усилий с функциями различных анализаторов организма ребенка, постановке диафрагмально-речевого дыхания, совершенствованию координации основных видов движений, мелкой моторики рук, артикуляционной моторики, обогащению словарного запаса, преодолению межполушарной асимметрии мозга, формированию положительных личностных качеств ребенка: общительности, воспитание самоконтроля, смелости, решительности, настойчивости, скромности, отзывчивости.

Список литературы

1. Веракса Н.Е. Способы регуляции поведения у детей дошкольного возраста/ Н.Е. Веракса // Вопросы психологии. – 1996. – №3. – С. 13–26.

а) Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский; под ред. Давыдова. – М.: Педагогика-Пресс, 1996. – 495 с.

б) Зарубина О.А. Саморазвитие личности / О.А. Зарубина // Актуальные проблемы современной науки. – М.: Сфера плюс, 2008. – №3. – 64.