**ЭФФЕКТИВНЫЕ ПРИЕМЫ РАЗВИТИЯ ПРОИЗВОЛЬНОСТИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКЕ**

***М.А. Арефьева,***  *педагог-психолог,*

МАОУ «Инженерный лицей НГТУ»,

 г. Новосибирск, Россия

Статья посвящена особенностям развития произвольной регуляции в младшем школьном возрасте. Автор делится эффективными приемами и стратегиями формирования навыков саморегуляции на уроках.

Способность человека подчинять свои действия определенным правилам – неотъемлемая часть успешной учебной деятельности. В период младшего школьного возраста развитие произвольности выдвигается в центр психического развития; формируется произвольный характер памяти, внимания, мышления ребенка; возникает способность действовать организованно.

 Однако, несмотря на значимость этого аспекта, многие дети сталкиваются с трудностями в развитии произвольной регуляции. В статье рассмотрим особенности сферы регуляции и контроля младших школьников, а также педагогические приемы, которые помогут учителям и родителям в игровой форме развивать навыки самоконтроля.

Возраст младших школьников (7-10 лет) является периодом активного развития и формирования произвольной регуляции. В этом возрасте дети начинают осваивать новые социальные роли и ожидания, которые предъявляются к ним в школе и обществе. Они сталкиваются с различными ситуациями, требующими принятия решений и контроля над своим поведением. Произвольная регуляция становится необходимым инструментом для успешного ответа этим вызовам.

Одним из основных аспектов произвольной регуляции является самоконтроль. Дети должны научиться контролировать свои эмоции, сдерживать импульсы и принимать решения на основе внутренних мотивов и целей. Это важно не только для поддержания адекватного поведения в школьной среде, но и для развития личностных качеств, таких как самодисциплина, ответственность и самостоятельность.

Важным аспектом развития произвольной регуляции является также развитие планирования и организации своей деятельности. Младшие школьники должны научиться ставить цели, планировать свои действия и контролировать выполнение задач. Это помогает им развивать навыки самоорганизации и эффективного использования времени, что важно для успешной учебы и достижения личных целей.

Кроме того, развитие произвольной регуляции связано с развитием метакогнитивных навыков. Дети должны научиться осознавать свои мыслительные процессы, контролировать свое внимание и память, а также оценивать свои знания и умения. Это помогает им стать активными и ответственными участниками учебного процесса и развивать навыки самообучения.

Развитие произвольной регуляции не происходит само по себе, оно зависит от ряда влияющих факторов.

Первым фактором, влияющим на развитие произвольной регуляции у детей младшего школьного возраста, является уровень развития третьего функционального блока мозга – лобных долей. В этом возрасте происходит их активное формирование, отвечающее за планирование, контроль и регуляцию поведения. Чем более развиты эти области мозга, тем лучше у детей будет развита произвольная регуляция.

Вторым фактором является опыт, приобретаемый ребенком в процессе взаимодействия с окружающим миром. Дети, которые имеют возможность самостоятельно принимать решения и контролировать свое поведение, развивают произвольную регуляцию быстрее. Поэтому важно создавать для детей условия, в которых они могут самостоятельно выбирать задачи, управлять своим временем и принимать решения.

Третьим фактором, влияющим на развитие произвольной регуляции, является культурное и социальное окружение. Семья, школа и общество в целом могут оказывать как положительное, так и отрицательное влияние на развитие этой способности. Например, поддержка и похвала взрослых за самостоятельность и контроль поведения способствуют развитию произвольной регуляции. В то же время, излишнее контролирующее поведение взрослых может ограничивать развитие этой способности у детей.

Кроме того, важным фактором является мотивация ребенка. Если у ребенка есть ясные цели и мотивация достичь их, то он будет более активно работать над развитием своей произвольной регуляции. Поэтому важно создавать для детей интересные и значимые задачи, которые будут стимулировать их мотивацию и усиливать их усилия в развитии этой способности.

Развитие произвольной регуляции деятельности и поведения является важной задачей в работе с младшими школьниками. Эта способность позволяет детям контролировать свои мысли, эмоции и поведение, что в свою очередь способствует успешной адаптации в школьной среде и достижению учебных целей.

Для развития произвольной регуляции у детей младшего школьного возраста в урочное время необходимо использовать эффективные стратегии и методы. Одной из таких стратегий является развитие саморегуляции через игровую деятельность. Игры, которые требуют от детей контроля над своими действиями и решениями, помогают им развивать навыки самоконтроля и планирования.

На уроке письма учитель может использовать такой **прием** как **задание на удержание программы в письме**. Педагог диктует слово или предложение, а ребенок пишет только гласные (согласные), только первые буквы ( последние). Можно чередовать программы: в первом слове писать только первые буквы, во втором – последние, в третьем – снова первые. В этом случае происходит работа над фонематическим анализом, избирательным вниманием, контролем за своей деятельностью.

**Прием «Шифровка текста»** подразумевает замену слов какими-либо знаками. Например, если в слове есть «И», нужно ставить вместо слова «+», а если «А» - «!», сели ничего нет - «=».

**Прием «Цифровой диктант».** Педагог диктует или предлагает печатный вариант текста. Ребенок должен подсчитать количество букв в слове и последовательно их написать.

**Прием «Письмо слов наоборот»** и  **«Корректурная проба в своем тексте»** также эффективны для развития концентрации внимания и самоконтроля.

**Прием «Чтение букв/слогов/слов по правилам» (таблица 1)**

Возможные задания:

* Читать по столбцам/строкам;
* Читать по строчкам строчные буквы, а заглавные – по столбикам;
* Тихо читать слоги со строчными буквами, громко – с заглавными;
* Хлопать, когда встречаемся со слогами из заглавных букв;
* Стучать, если в слоге есть буква «А»;
* Выполнять различные движения при чтении разных гласных букв.

Подобные упражнения помогают отрабатывать называние букв, чтение разных слогов, развивать произвольную регуляцию, возможности удержания программ.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **К****А** | **м****и** | **та** | **зя** | **С****У** | **в****у** | **до** |
| **фи** | **Р****Ы** | **па** | **Ш****О** | **Л****А** | **с****у** | **т****ы** |
| **бо** | **де** | **ри** | **Ж****У** | **д****э** | **х****а** | **ку** |
| **не** | **К****И** | **ку** | **Пи** | **м****а** | **ч****а** | **в****ы** |
| **до** | **де** | **не** | **го** | **Л****О** | **п****и** | **су** |
| **Ш****И** | **м****о** | **м****у** | **ТЕ** | **ки** | **р****а** | **Ц****Е** |
| **зи** | **П****Е** | **ф****ы** | **Ц****У** | **се** | **х****а** | **бо** |

Таблица 1

Есть еще один вариант задания «**Чтение по правилам» (таблица 2)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Буквы** | **А** | **П** | **М** | **О** | **Ш** | **З** | **И** | **С** | **Т** |
| **Движения** | **Л** | **П** | **Л** | **В** | **Л** | **П** | **П** | **Л** | **В** |

 Таблица 2

Ребенку необходимо читать буквы и поднимать руку: Л – левая рукам, П – правая рука, В – вместе, две руки одновременно.

**Прием «Прошепчи ответ».** Учитель задает вопросы. Если ребенок знает ответ, ему нужно поднять руку таким образом: сложить пальцы в кулак, повернуть его и оттопырить вверх большой палец. Когда учитель увидит много готовых к ответу ребят, то начинает считать «Раз, два, три!». Ребенок прошепчет ответ.

**Прием «Читаем про себя и вслух».** Ребенок читает про себя и каждое второе слово произносит вслух.

Важно отметить, что развитие произвольной регуляции у детей младшего школьного возраста требует систематической и последовательной работы. Это процесс, который требует времени и терпения. Постепенно, с помощью эффективных стратегий и методов, дети смогут развивать свою способность контролировать свое поведение и достигать успеха как в учебе, так и в жизни.

Можно выделить несколько основных рекомендаций для взрослых по развитию этого навыка у детей младшего школьного возраста.

Во-первых, необходимо создать подходящую образовательную среду, которая будет способствовать развитию произвольной регуляции деятельности и поведения младших школьников. В классной комнате должны быть предусмотрены зоны для самостоятельной работы, где дети могут выбирать задания и контролировать свою деятельность. Также важно обеспечить наличие разнообразных игровых и творческих материалов, которые будут стимулировать их саморегуляцию.

Во-вторых, педагоги и родители должны активно принимать участие в развитии произвольной регуляции деятельности и поведения у младших школьников. Они могут помочь детям осознать свои цели и задачи, научить их планировать свое время и управлять своими эмоциями. Родители и учителя также должны быть готовы поддержать детей в развитии произвольной регуляции, предлагая им разнообразные задания и задачи, которые требуют мыслительного напряжения и самостоятельного решения.

В-третьих, важно обратить внимание на развитие познавательных процессов у младших школьников. Систематическое обучение логическому мышлению, анализу и синтезу информации, решению проблем и принятию решений будет способствовать формированию навыков произвольной регуляции. При этом необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и предлагать ему задания, соответствующие его уровню развития.

В-четвертых, важно создать условия для развития самоконтроля у младших школьников. Постепенно вводя ограничения и правила, учитель и родители могут помочь детям научиться контролировать свои действия и поведение.