

*Волчегорская Е.Ю.,  
доктор педагогических наук, профессор  
профессор кафедры Педагогики, психологии и предметных методик  
Южно-уральский государственный гуманитарно-педагогический  
университет  
Россия, г. Челябинск*

*Косяновская Е.В.,  
студент магистратуры  
2 курс, факультет подготовки учителей начальных классов  
Южно-уральский государственный гуманитарно-педагогический  
университет  
Россия, г. Челябинск*

## **СПЕЦИФИКА ПРОЯВЛЕНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ**

***Аннотация:** В данной статье рассматриваются вопросы проявления саморегуляции в младшем школьном возрасте, раскрывается само понятие «саморегуляция», а также особенности психики, связанные с данным навыком. Основным предметом изучения является младший школьный возраст, а также процесс формирования навыка саморегуляции на разных его этапах.*

***Ключевые слова:** саморегуляция, младший школьный возраст, психология, начальная школа, обучение, воспитание.*

***Annotation:** This article examines the manifestation of self-regulation at primary school age, reveals the very concept of "self-regulation", as well as the mental characteristics associated with this skill. The main subject of study is primary*

*school age, as well as the process of forming the skill of self-regulation at its different stages.*

**Key words:** *self-regulation, primary school age, psychology, primary school, training, education.*

Поступая в школу, ребенок сталкивается со множеством трудностей. Одно из них заключается в том, что теперь ему нужно научиться вести себя в соответствии с рядом требований, которые ранее к нему не выдвигались: на уроке нужно сидеть молча, на перемене нельзя бегать, руку нужно поднимать, а не выкрикивать с места и т.п. Это начинается с первых дней в школе, а вместе с тем начинаются первые испытания для процессов саморегуляции первоклассника.

Помимо внутренних изменений, внешние факторы тоже претерпевают сильные изменения, особенно это сказывается на отношениях младшего школьника с окружающими его людьми. У него появляется новый круг общения, появляется новый вид взаимоотношений, который подразумевает под собой не только совместные развлечения, но и «деловое» общение в рамках школы. Также меняются и отношения с родителями. Их требования теперь становятся на порядок выше: нужно, чтобы ребенок хорошо учился, не опаздывал, уважительно относился к сверстникам и взрослым, хорошо вел себя в школе, был аккуратным и т.п. Все это давит на ребенка, поскольку теперь в семье его оценивают в соответствии с его школьными успехами, и ему необходимо держать высокую планку, чтобы оправдать ожидания родителей [Варгас, 2015, с. 19].

На первый план выходит процесс формирования произвольности всех познавательных психических процессов, что именуется «социальной ситуацией развития» младшего школьника.

Именно младший школьный возраст знаменуется началом формирования саморегуляции вместе с развитием произвольности. Это

доказывают исследования психолога В.И. Долговой. Она выяснила экспериментальным путем, что дети в возрасте 3-4 лет еще не способны регулировать свое поведение. Этот результат согласуется и с результатами исследований А.Р. Лурии. Он, в свою очередь, установил, что лобные доли мозга ребенка, которые отвечают за способность к саморегуляции, заканчивают свое развитие примерно к 5 годам. В этом возрасте начинаются только первые осмысленные попытки контролировать свое тело. Однако для этого ребенку нужен зрительный контакт, поскольку на уровне «мышечного» чувства он не понимает, что изменилось, например, положение руки или ноги. Такое чувство возникает к 6 годам, но ребенку все еще сложно длительное время удерживать контроль над собой. К 7 же годам младший школьник способен относительно долго сохранять необходимую позу, а также удерживать внимание [Долгова, 2019, с. 204].

В возрасте 6-8 лет происходит непосредственное становление произвольности всех процессов. Как пишет в своих работах А.Р. Лурия, в данный период происходит второй этап в развитии лобных долей головного мозга, отвечающих за способность к саморегуляции. Помимо этого, претерпевают значительные изменения и характеристики эклектической активности мозга, что напрямую связано с процессами развития произвольности у ребенка. Подтверждение этому можно найти также в работах Н.И. Красногорского, который установил, что с 7 лет регулирующей тормозной контроль коры головного мозга начинает набирать силу [Антипова, 2017, с. 64].

Таким образом, изучив некоторые исследования, можно сделать вывод, что к 7 годам ребенок на всех уровнях уже может осуществлять саморегуляцию, что подтверждается данными нейropsychологии. Но также отсюда вытекает вывод и о том, что процесс развития произвольности и саморегуляции на физиологическом уровне довольно длительный и сложный, и проходит в несколько этапов, которые никак от нас не зависят. Также

следует отметить, что в соответствии с индивидуальными особенностями, у каждого ребенка тот или иной этап происходит раньше или позже, что также должно учитываться при планировании образовательного процесса. По мнению Н.В. Репкиной, у детей с низким уровнем успеваемости даже с началом третьего года обучения все еще плохо развита саморегуляция.

Э.Д. Телегина и В.В. Гагай также проводили исследования способности младших школьников к саморегуляции, однако брали не какой-то конкретный возраст, а весь период начальной школы. В результате они установили, что на протяжении всего младшего школьного возраста у ребенка проявляется неумение контролировать себя. Это обнаруживает себя тем, что даже на этапе работы над ошибками обучающиеся допускают те же самые ошибки, которые им нужно было исправить. Это напрямую говорит о том, что младший школьник не способен к рефлексии и самоконтролю, а если говорить точнее, то они у него плохо развиты. По мнению исследователей, это связано с тем, что в начальной школе недостаточно заданий, которые направлены на выполнение самоконтроля.

Саморегуляция и все связанные с ней процессы – одна из важнейших теоретических проблем в психологии, над решением которой постоянно ведется работа. С.Л. Рубинштейн в своих работах отмечает, что ребенок, который впервые осмысленно осуществил какое-либо действие по отношению к определенному объекту, тем самым осуществил и примитивный волевой акт, что лежит в основе длительного процесса развития саморегуляции. В литературе можно встретить два заведомо ложных утверждения. Первое говорит нам о том, что у ребенка в 2-4 года уже сформирована воля. Второе же, ровно наоборот, говорит о том, что сформированность воли характерна для подросткового возраста. Оба эти утверждения в корне неверны, поскольку первые зачатки воли появляются у ребенка намного раньше, ведь нельзя сказать, что трехлетний ребенок действует чистыми инстинктами и у него нет и толики осознания происходящего вокруг, а под конец младшего школьного

возраста у большинства обучающихся уже в достаточной мере сформирована саморегуляция, но она имеет свои особенности [Аркадьева, 2015, с. 9].

И.А. Коробейников отмечает, что процесс развития саморегуляции в конкретном возрасте зависит от специфики отношений между ребенком и окружающей средой. Так, в младенчестве большую роль играют взаимоотношения ребенка со взрослым. Помимо этого, развитие саморегуляции связано с внешними и внутренними стимулами, а также с их соотношением. В младшем школьном возрасте регуляция поведения осуществляется исключительно с помощью внешних стимулов, которые могут исходить от родителей, учителей, сверстников. Но со временем роль внешних стимулов уходит, и ребенок начинает регулировать себя в соответствии со своими личными, внутренними стимулами. При необходимости отказа от определенного действия, дети сами создают для себя условия, которые помогают им сделать этот осознанный отказ [Слободяник, 2012, с. 32].

Осознанная саморегуляция в конце младшего школьного возраста носит диффузный характер, то есть не направлена на соблюдение каких-либо нравственных принципов. Младший школьник может концентрироваться на образовательном процессе только в том случае, если у него к этому есть неподдельный интерес. Здесь сразу же возникает вопрос о том, насколько важно формирование познавательного интереса наряду с развитием саморегуляции, поскольку два этих процесса взаимосвязаны, а развитие познавательного интереса сильно влияет на развитие саморегуляции, но не наоборот. С.И. Хохлов отмечал, что обучающиеся со слабо развитой волей могут проявлять устойчивую активность при наличии познавательного интереса к изучаемым явлениям и процессам. При изучении нелюбимых предметов устойчивую активность могут проявлять лишь те младшие школьники, у которых волевые качества развиты достаточно сильно [Зобков, Турчин, 2013, с. 43].

Таким образом, первые предпосылки к развитию волевых качеств закладываются у ребенка очень рано, но претерпевают изменения на протяжении долгого времени, а к концу младшего школьного возраста проявление воли уже носит осознанный характер. Развитие саморегуляции и произвольности также проходит длительный путь, который сопряжен со многими трудностями. Большую роль здесь играет деятельность учителя, который своими действиями может способствовать их развитию, учитывая индивидуальные и возрастные особенности, и подбирая задания, направленные на развитие саморегуляции, а не требующие уже ее сформированности на высоком уровне. Также развитие саморегуляции тесно связано с формированием познавательного интереса младших школьников, что также должно быть отражено в образовательном процессе.

В целом, развитие саморегуляции тесно связано с развитием таких качеств, как воля, произвольность и самостоятельность.

#### **Использованные источники:**

1. Антипова Д.А. Актуальные вопросы современной психологии по саморегуляции личности / Д.А. Антипова // Актуальные вопросы современной психологии: материалы IV Междунар. науч. конф. – 2017. – № 7. – с. 64-68.
2. Аркадьева А.В. Исследовательская деятельность младших школьников / А.В. Аркадьева // Начальная школа плюс До и после. – 2015. – № 2. – с. 8-11.
3. Варгас Дж. Анализ деятельности учащихся. Методология повышения школьной успеваемости / Дж. Варгас. – Москва: Оперант, 2015. – 480 с.
4. Долгова В.И. Управление процессом саморегуляции у младших школьников / В.И. Долгова // Психологические науки. – 2019. – № 1. – с. 203-205.
5. Зобков, А.В. Саморегуляция учебной деятельности: монография / А.В. Зобков, А.С. Турчин. – Владимир-Иваново, 2013. – 251 с.

6. Слободяник Н.П. Формирование эмоционально-волевой регуляции у учащихся начальной школы: 60 конспектов занятий: практ. пособие / Н.П. Слободяник. – Москва: АйрисПресс, 2012. – 176 с.