

**Formation of regulatory training actions among children and teenagers as part of general education (general development) programs of additional education
Eremina С.¹, Neretina L.², Tikhonova M.³ (Russian Federation)**

Формирование регулятивных учебных действий у детей и подростков в рамках реализации общеобразовательной (общеразвивающей) программы дополнительного образования

Еремина Е. А.¹, Неретина Л. А.², Тихонова М. А.³ (Российская Федерация)

¹Еремина Екатерина Адольфовна / Eremina Catherina – педагог, психолог высшей квалифицированной категории;

²Неретина Лариса Александровна / Neretina Larisa – педагог, психолог высшей квалифицированной категории;

³Тихонова Марина Андреевна / Tikhonova Marina – педагог, психолог высшей квалифицированной категории,

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования,

Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи, г. Дзержинск

Аннотация: в статье описывается программа дополнительного образования по формированию регулятивных учебных действий у детей и подростков, анализируются результаты работы по развитию эмоционально-волевой сферы и навыков саморегуляции.

Abstract: the article describes a program of additional education for the formation of regulatory educational activities for children and teenagers, analyzes the results of the work on the development of emotional-volitional sphere and self-regulation skills

Ключевые слова: федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС), универсальные учебные действия (УУД), эмоционально-волевая сфера, навыки саморегуляции, психолого-педагогическое сопровождение.

Keywords: federal Education Standards (FES), universal learning activities (ULA), emotional-volitional sphere, self-regulation skills, psychological and pedagogical support.

Концепция Федеральных государственных образовательных стандартов (ФГОС) предполагает оценку не только предметной компетентности, но и оценку сформированности у школьников универсальных учебных действий [2].

Универсальные учебные действия (УУД) - способность субъекта к саморазвитию и самосовершенствованию путем сознательного и активного присвоения нового социального опыта; совокупность действий обучающегося, обеспечивающих его культурную идентичность, социальную компетентность, толерантность, способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса [4]. Универсальные учебные действия (УУД) делятся на четыре основные группы: коммуникативные, личностные, регулятивные и познавательные. Одной из важной составляющей регулятивных УУД является волевая саморегуляция, нарушение которой, может приводить к нарушениям поведения, социальной дезадаптации и становится причиной психосоматических заболеваний.

Анализ результатов мониторинговых исследований 2012-2015гг. «Изучение особенностей эмоционального состояния учащихся 1-8 классов г. Дзержинска Нижегородской области» показал, что изучаемые показатели (стресс, напряжение, утомление, тревога) имеют тенденцию к повышению, а показатели аутогенной нормы снижаются при переходе на следующую ступень.

Субъективная оценка подростков показывает, что они не всегда адекватно оценивают свое психологическое состояние (самочувствие, активность, настроение). Можно предположить, что подростки, ощущая дискомфорт, не осознают наличие у себя стресса и напряжения, продолжая оставаться активными. Определенная активность, в таком случае, может сопровождаться раздражительностью и агрессивными проявлениями, а так же снижением концентрации внимания.

Таким образом, на наш взгляд, развитие эмоционально-волевой сферы, навыков саморегуляции, а также удовлетворение актуальных потребностей обучающихся в признании, позитивном внимании, ощущении собственной успешности является одной из задач психолого-педагогического сопровождения в рамках введения новых образовательных стандартов.

Для решения поставленных задач в МБУ ДО ППМС-центр разработана и успешно реализуется дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Учимся управлять собой».

Методологической основой программы «Учимся управлять собой» является психологическая теория антропологизма, выдвинутая К.Д. Ушинским и в настоящее время получившая развитие в трудах Д.А. Леонтьева, А.Г. Асмолова, В.И. Слободчикова и др.

Ключевыми для нас стали следующие теоретические идеи и фундаментальные исследования зарубежных и отечественных ученых в области физиологии и медицины, психологии и педагогики:

учение И.П. Павлова о слове как реальном раздражителе для человека и о сигнальных системах; теория функциональных систем П.К. Анохина, принципы и методы обучения и воспитания в рамках педагогической антропологии (Ушинский К.Д., Пирогов Н.И., Каптерев П.Ф., Лазурский А.Ф., Слостенин Р.А., Куликов В.Б.), теория стресса Г. Селье, гуманистический подход К.Роджерса, теоретические основы саморегуляции человека (Бехтерев В. Н., Мясищев В. Н., Либих С. С. и др.).

Следуя идее Ю.А. Александровского, о длительном эмоциональном напряжении как основе различных психосоматических заболеваний и научным исследованиям В.М.Бехтерева, Н. И. Озерецкого, доказавших прямую связь между механизмами переживаний и телесными изменениями, мы включили в блоки развивающей программы упражнения на развитие способности регулировать свое эмоциональное состояние и направленные на освоение методов управления собственными физиологическими процессами (дыханием, мышечным тонусом и т.д.).

Новизна и главная особенность программы заключается в том, что она рассчитана на разные возрастные категории участников от 6 до 17 лет, что позволяет обеспечивать преемственность в реализации блоков программы и результативность работы. Преемственность и результативность достигается за счет того, что дети из конкретной образовательной организации могут осваивать модули программы на протяжении 11 лет школьного обучения. В программе используются разнообразные активные формы и методы работы (артпсихопедагогика, мультитренинг, интерактивные игры), что позволяет повысить мотивацию и эффективность овладения навыками и обеспечивает возможность проведения занятий с целым классом параллельно двумя психологами, при этом дети обеих подгрупп поочередно осваивают оба цикла.

Целью программы является формирование регулятивных учебных действий у детей и подростков через развитие эмоционально-волевой сферы и навыков саморегуляции.

Задачи: содействовать овладению учащимися приемами и методами психической регуляции своего состояния и поведения (саморегуляции); расширять и углублять представления детей и подростков о конструктивных способах разрешения конфликтных ситуаций; развивать навыки конструктивного выхода из кризисных и конфликтных ситуаций; способствовать формированию стрессоустойчивого поведения; развивать коммуникативные умения и творческое воображение.

Мониторинг результативности реализации программы «Учимся управлять собой» показал, что ознакомительный (низкий) уровень освоения теоретических знаний и практических навыков у младших школьников (1-4 класс) выявлен у 12% участников; базовый (средний) уровень у 72%; углубленный (высокий) уровень у 16% детей.

Мониторинг результативности освоения программы учащимися 5-х классов показал, что ознакомительный (низкий) уровень освоения теоретических знаний и практических навыков выявлен у 9% участников; базовый (средний) уровень у 67%; углубленный (высокий) уровень у 24% подростков.

Таким образом, по внешним отзывам экспертов (педагог, педагог-психолог) реализация программы помогает стабилизации психоэмоционального состояния; овладению общими способами саморегуляции и самоорганизации.

Литература

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный стандарт начального образования (стандарты второго поколения) — М., 2011.
3. Концепция федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения. Под ред. В.В. Козлова, А.М. Кондакова — М., 2008.
4. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Под ред. А.Г. Асмолова — М., 2010.