

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им.**

**В.П. Астафьева»**

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий

Выпускающая кафедра: кафедра специальной психологии

Соколова Наталья Дмитриевна

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**Технология биоуправления как средство коррекции саморегуляции младших школьников с задержкой психического развития**

направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
направленность (профиль) образовательной программы Психология и педагогика  
развития ребенка в условиях специального сопровождения

**ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ**

И.о. зав.кафедрой специальной психологии

кандидат педагогических наук, доцент Черенева Е.А.

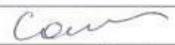
 15.06.21  
(дата подпись)

Руководитель: кандидат педагогических наук,

доцент Черенева Е.А.

Дата защиты \_\_\_\_\_

Обучающийся Соколова Н.Д.

  
(дата подпись)

Оценка \_\_\_\_\_

(прописью)

Красноярск 2021

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»**  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)  
Институт социально-гуманитарных технологий  
Кафедра специальной психологии

**ОТЗЫВ РУКОВОДИТЕЛЯ  
НА ВЫПУСКНУЮ КВАЛИФИКАЦИОННУЮ РАБОТУ**

— Соколовой Натальи Дмитриевны \_\_\_\_\_  
(фамилия, имя, отчество студента (ки))

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направленность (профиль) образовательной программы Психология и  
педагогика развития ребёнка в условиях специального сопровождения,  
(код ОКСО и наименование направления)

курс, заочная форма обучения  
(курс, форма обучения)

**Технология биоуправления как средство коррекции саморегуляции  
младших школьников с задержкой психического развития**

Выпускная квалификационная работа Соколовой Натальи Дмитриевны посвящена изучению особенностей проявления и коррекции саморегуляции у младших школьников с задержкой психического развития. На сегодняшний день исследование саморегуляции младших школьников с задержкой психического развития представляет огромный интерес для психологии и педагогики специального и инклюзивного образования, как в теоретическом, так и в практическом аспекте. Особую актуальность представляет поиск эффективных альтернативных технологий, способствующих повышению продуктивности саморегуляции. В данной работе представлены результаты использования технологий биоуправления, как эффективного средства коррекции саморегуляции у исследуемого контингента испытуемых.

Представленное исследование является актуальным, имеет теоретическую и практическую значимость. Работа имеет стандартную структуру и состоит из введения, трёх глав, списка литературы, заключения и приложения. Результаты исследования проиллюстрированы таблицами,

гистограммами. В процессе исследовательской деятельности Соколова Е.Д. показала достаточные навыки работы с первоисточниками, владение теоретическими сведениями; продемонстрировала умения ведения исследовательской деятельности и оформления ее результатов. За время работы Наталья Дмитриевна проявила себя ответственной в процессе выполнения выпускной работы, активность, самостоятельность в выборе темы и ее выполнения. Регулярно посещала консультации и выполняла рекомендации научного руководителя по реализации и оформлению исследования. В процессе организации, проведения и оформления исследования выпускница продемонстрировала способности поиска, анализа и систематизации информации, умение аргументировать полученные результаты. В целом считаю, что проведенное исследование Соколова Н.Д. соответствует требованиям, предъявляемым к данному виду работам и заслуживает положительной оценки.

Научный руководитель:



Чернёва Е.А.

(подпись) (фамилия, имя, отчество)

кандидат педагогических наук, доцент

(ученая степень, звание, должность)

«01» июня 2021 г.

Красноярск 2021

Приложение  
К Регламенту размещения  
выпускной квалификационной работы обучающихся,  
по основным профессиональным образовательным программам  
в КГПУ им. В.П. Астафьева

Согласие  
на размещение текста выпускной квалификационной работы обучающегося  
в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева

Я, Соколова Наталья Рюмировна  
(фамилия, имя, отчество)

разрешаю КГПУ им. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу бакалавра / специалиста / магистра / аспиранта  
(нужное подчеркнуть)

на тему Технология биоуправления как средство коррекции саморегуляции старших школьников с задержкой психического развития  
(название работы)

(далее ВКР) в сети Интернет в ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на ВКР.

Я подтверждаю, что ВКР написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

15.06.2021  
дата

Саша  
подпись

## СПРАВКА

о результатах проверки текстового документа  
на наличие заимствований

Красноярский государственный  
педагогический университет им.  
В.П.Астафьева

ПРОВЕРКА ВЫПОЛНЕНА В СИСТЕМЕ АНТИПЛАГИАТ.ВУЗ

**Автор работы:** Соколова Наталья Дмитриевна  
**Самоцитирование**  
**рассчитано для:** Соколова Наталья Дмитриевна  
**Название работы:** Технология биоуправления как средство коррекции психической саморегуляции младших школьников с задержкой психического развития  
**Тип работы:** Выпускная квалификационная работа  
**Подразделение:** ИСГТ кафедра специальной психологии

### РЕЗУЛЬТАТЫ

■ ОТЧЕТ О ПРОВЕРКЕ КОРРЕКТИРОВАЛСЯ: НИЖЕ ПРЕДСТАВЛЕНЫ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ ДО КОРРЕКТИРОВКИ

ЗАИМСТВОВАНИЯ		30.4%	ЗАИМСТВОВАНИЯ		30.4%
ОРИГИНАЛЬНОСТЬ		68.03%	ОРИГИНАЛЬНОСТЬ		68.03%
ЦИТИРОВАНИЯ		1.57%	ЦИТИРОВАНИЯ		1.57%
САМОЦИТИРОВАНИЯ		0%	САМОЦИТИРОВАНИЯ		0%

ДАТА ПОСЛЕДНЕЙ ПРОВЕРКИ: 12.06.2021

ДАТА И ВРЕМЯ КОРРЕКТИРОВКИ: 15.06.2021 07:25

**Модули поиска:** ИПС Адилет; Сводная коллекция ЭБС; Интернет Плюс; Сводная коллекция РГБ; Переводные заимствования (RuEn); Переводные заимствования по eLIBRARY.RU (EnRu); Переводные заимствования по Интернету (EnRu); Переводные заимствования издательства Wiley (RuEn); eLIBRARY.RU; СПС ГАРАНТ; Модуль поиска "КГПУ им. В.П. Астафьева"; Медицина; Диссертации НББ; Перефразирования по eLIBRARY.RU; Перефразирования по Интернету; Патенты СССР, РФ, СНГ; Кольцо вузов; Издательство Wiley; Переводные заимствования

**Работу проверил:** Черенева Елена Александровна

ФИО проверяющего

**Дата подписи:** \_\_\_\_\_



Подпись проверяющего



Чтобы убедиться  
в подлинности справки, используйте QR-код,  
который содержит ссылку на отчет.

Ответ на вопрос, является ли обнаруженное заимствование  
корректным, система оставляет на усмотрение проверяющего.  
Предоставленная информация не подлежит использованию  
в коммерческих целях.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ КОРРЕКЦИИ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИИ БИОУПРАВЛЕНИЯ .....	7
1.1. Клинико-психологическая характеристика детей с задержкой психического развития .....	7
1.2. Особенности саморегуляции у детей с задержкой психического развития .....	10
1.3. Роль технологии биоуправления в коррекции саморегуляции у детей с задержкой психического развития .....	13
Выводы по I главе .....	16
ГЛАВА II. СОДЕРЖАНИЕ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ.....	19
2.1. Цель, задачи и организация констатирующего эксперимента.....	19
2.2. Анализ результатов исходного уровня развития саморегуляции у детей с задержкой психического развития.....	23
Выводы по главе II.....	34
ГЛАВА III. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИИ БИОУПРАВЛЕНИЯ.....	36
3.1. Теоретическое и методологическое обоснование программы экспериментальной работы, направленной на коррекцию саморегуляции.....	36
3.2. Коррекция саморегуляции младших школьников с ЗПР с использованием технологий биоуправления.....	39
3.3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы, направленной на развитие саморегуляции.....	47
Выводы по III главе.....	54
Заключение.....	55
Список использованных источников.....	58
Приложения.....	63

## ВВЕДЕНИЕ

В рамках психолого-педагогического подхода в современной отечественной психологии и педагогике исследователями накоплен достаточно большой опыт, свидетельствующий о специфических особенностях психической саморегуляции у детей с задержкой психического развития (далее в работе ЗПР). Данным вопросом занимались такие отечественные ученые, как У.В. Ульенкова, Л.И. Божович и др. В своей работе Е.Б. Аксенова указывает, что несформированность процессов саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ЗПР, может оказаться невосполнимой в более позднем возрасте (Аксенова, 2016).

Часто ребенок, который умеет читать, считать и писать в начале учебы, сталкивается с трудностями, такими как невозможность продолжительное время удерживать внимание, активно воспринимать и запоминать информацию, думать над решением поставленной задачи и др., что, несомненно, отражается на качестве их обучения. Одним из главных переходных моментов в жизни ребёнка является адаптация к школе. Условия школьного обучения ставят первоклассника перед чередой новых задач, требующих максимального включения, как физических, так и интеллектуальных сил. Необходимость налаживания контактов со сверстниками и педагогами изменяют его место в системе общественных отношений. Ребёнок вынужден изменить свой режим дня: грамотно распределять как физическую, так и умственную нагрузку.

Таким образом, проблема исследования особенностей саморегуляции и путей её коррекции у дошкольников с ЗПР относится к числу актуальных, теоретически и практически значимых.

По утверждению Д.Б. Эльконина игровая деятельность является у младших школьников с ЗПР ведущей, поскольку дети данной категории имеют существенное отставание в сравнении с детьми, развивающимися по норме и имеющих стойкую учебную мотивацию к достижению школьного

периода жизни (Эльконин, 2007). Один из способов контроля игровых действий является технология биоуправления, поскольку имеет чёткую структуру и направлена на активизацию саморегуляции детей. Интерактивные игровые технологии используются в современном образовательном процессе и как один из способов различных форм обучения и воспитания младших школьников, и как самостоятельная деятельность, способствующая воспитанию всех сторон личности каждого ребенка младшего школьного возраста.

Все вышеизложенное обусловило **актуальность** работы и выбор **темы** исследования: «Технология биоуправления как средство коррекции саморегуляции младших школьников с задержкой психического развития».

**Проблема** исследования представляет собой значимый практический интерес, так как позволит выявить эффективность использования технологии биоуправления в коррекции саморегуляции у детей с ЗПР.

**Цель исследования** заключается в теоретическом обосновании и экспериментальной проверке эффективности технологии биоуправления в коррекции саморегуляции у детей с ЗПР

**Объектом** исследования данной работы является: саморегуляция у детей с ЗПР.

**Предмет** исследования: технология биоуправления как средство коррекции саморегуляции у детей с ЗПР.

**Гипотеза** исследования: развитие саморегуляции у детей с ЗПР при использовании в работе технологии биоуправления будет возможно, если:

- поэтапная работа по развитию саморегуляции в процессе коррекционной работы осуществляется с учетом индивидуально-психологических особенностей детей;
- содержание совместной деятельности педагога и детей в процессе занятия построено на принципах организации коррекционно-педагогической работы с детьми с задержкой психического развития.

**Задачи** исследования:

1. раскрыть клинико-психологическую характеристику детей с задержкой психического развития и определить у них особенности саморегуляции;
2. изучить технологию использования биоуправления, как средства развития саморегуляции у детей с ЗПР;
3. разработать коррекционно-педагогическую программу, направленную на развитие саморегуляции у младших школьников с ЗПР посредством технологии биоуправления;
4. провести анализ результатов исследования, направленного на коррекцию саморегуляции.

**Теоретико-методологическая основа** исследования: Научные исследования саморегуляции лиц юношеского возраста с разным типом темперамента и уровнями активации лобной коры головного мозга (Лисова, Шилов, 2019); влияние психоэмоциональной нагрузки и биоуправления на активацию коры головного мозга и вегетативную регуляцию сердечного ритма (Лисова, Шилов, Муллер, 2017) теория развития психической саморегуляции (Божович, 1996; Ульенкова, 2002); научные исследования об особенностях психического развития младших школьников (Выготский, Эльконин, 2007); психологическая физиология с основами физиологической психологии (Николаева, 2003); игровое биоуправление в адаптации младших школьников (Даниленко, 2010; Джафарова, 2010).

**Методы исследования:** теоретические - анализ педагогической, психологической, научно-методической, энциклопедической литературы по проблеме исследования. Эмпирические методы исследования: наблюдение, беседа, анализ продуктов игровой интерактивной деятельности детей, анализ и обработка результатов опытно-поисковой работы.

**Практическая значимость** полученные нами результаты и разработанная на их основе коррекционная программа по развитию

саморегуляции у детей с ЗПР могут представлять интерес для практикующих специалистов в области специального психологического образования.

**Структура** выпускной квалификационной работы состоит из введения, трёх глав, заключения, списка литературы и приложений.

# **ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ КОРРЕКЦИИ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИИ БИОУПРАВЛЕНИЯ**

## **1.1. Клинико-психологическая характеристика детей с задержкой психического развития**

Из всех существующих нарушений у детей младшего школьного возраста, имеющие под собой лёгкое отставание интеллектуального характера, подавляющее большинство вызвано задержкой психического развития[27].

Изначально отечественными учёными данная проблема рассматривалась в рамках школьной неуспеваемости. Впервые этот вопрос начал выделяться отдельно в середине 60-х годов XX века Г.Е. Сухаревой, которая обозначала его как проблему негативного поведения [41].

Позднее исследования ЗПР регулярно проводились в НИИ дефектологии АПН СССР и НИИ психологии. Этим вопросом занимались известнейшие учёные В.И. Лубовский, В.В. Давыдов, Д.Б. Эльконин и др. Учёные теоретики определили: главенствующую роль в причинах ЗПР занимают органические повреждения мозга. Чаще всего данные нарушения являются слабовыраженными в своих проявлениях (получены во внутриутробном, предродовом, возможно в раннем периоде жизни) [34]. Именно термин «задержка» подчеркивает временной (несоответствие развития психики возрасту по норме развития), а так же временный характер отставания развития психики. С возрастом данные нарушения преодолеваются тем успешнее, чем раньше создаются благоприятные условия.

Одной из специфических особенностей ЗПР является недостаточное развитие у детей данной категории высших психических функций.

Первоочередными являются нарушения в личностном становлении и нарушения во всевозможных видах деятельности [37].

Следует отметить, что ЗПР не относится к промежуточному состоянию между нормой развития и лёгкой степенью умственной отсталости, а имеет свою качественно отличительную структуру дефекта, которая состоит из следующих компонентов:

1. ригидность, конкретность сферы образов-представлений;
2. недостаточная сформированность мотивационно-целевой основы деятельности;
3. трудности в становлении знаково-символической деятельности.

Эти особенности чаще проявляются во всех сферах жизнедеятельности ребенка: игре, общении со сверстниками и взрослыми, когнитивной функции, представлениях о себе и окружающем мире, регуляции собственного поведения[40].

Исходя из классификации по К.С. Лебединской, ЗПР может проявляться в основных формах:

- ЗПР по типу конституционального (гармонического) психического и психофизического инфантилизма (согласно МКБ-10 F 81.9 - расстройство развития учебных навыков неуточненное);
- ЗПР соматогенного происхождения с явлениями стойкой соматической астении и соматогенной инфантилизацией (согласно МКБ-10 F 84.8 - другие общие расстройства развития);
- ЗПР психогенного происхождения (патологическое развитие личности по невротическому типу, психогенная инфантилизация; согласно МКБ-10 F 81.3 - смешанное расстройство учебных навыков);
- ЗПР церебрально-органического генеза (минимальная мозговая дисфункция; согласно МКБ-10 F 83 - смешанные специфические расстройства психологического развития).

Каждая из форм, перечисленных выше, имеет свои характерные особенности, динамику развития ребёнка и прогноз выхода из сложившейся картины[28].

Так же возможно разделить причины возникновения ЗПР на две большие группы: биологического и социально-психологического характера.

К биологическим причинам относят:

1. различные патологии плода во время беременности (тяжелые различные интоксикации, чаще, по данным статистики, вызванные алкоголизмом, резус-конфликт плода и матери, и т.д.);
2. недоношенность ребенка при беременности;
3. родовые травмы плода;
4. различные заболевания соматического характера (рахит, тяжелые формы гриппа, хронические болезни);
5. нетяжелые мозговые травмы при родах и в младенческом возрасте.

К причинам социально-психологического характера относят следующие:

1. отрыв ребенка от матери в раннем возрасте и воспитание в полной социальной изоляции;
2. дефицит соответствующей возрасту полноценной деятельности: игровой, предметной, общения и т.д.;
3. нарушенные условия семейного воспитания ребенка - гипопека, гиперопека, авторитарный тип воспитания[4].

Таким образом, проблемы ЗПР и причины её возникновения рассмотрены отечественными и зарубежными учёными достаточно глубоко и объемно. Стоит отметить, что формулировка «задержка» отсылает конкретно ко временному отрезку отставания в развитии определенного ребенка. Эта «задержка» быстро и результативно уменьшается при раннем вмешательстве. Педагогам и родителям необходимо создать подходящие условия для осуществления педагогических, развивающих и обучающих задач, для детей в данной категории.

## **1.2. Особенности саморегуляции у детей с задержкой психического развития**

Школа - начало нового возрастного и психологического периода в жизни ребенка. Главная задача в этом периоде - учеба. В шесть - восемь лет у учащихся младших классов - произвольный характер мышления, памяти, внимания; но уже начинает формироваться организованность, самодисциплина. Дети принимают и понимают поставленные перед ним задачи; учатся управлять поведением, выражать и контролировать эмоции, управлять чувствами [4]. Эти явления происходят из-за того что, школа и школьный режим, предъявляет к ребенку, уже достаточно высокие требования.

Обучение в школе - обязательная деятельность, ответственная и требующая систематического организованного труда [28]. У.В. Ульенкова пишет о том, что саморегуляция и дисциплина является главным фактором успешного формирования детского интеллекта. Уровень сформированности саморегуляции у детей с ЗПР находится в прямой зависимости от сформированности у них действий самоконтроля на всех основных этапах этой деятельности [43].

Она же выделяет пять возможных уровней саморегуляции:

1. Ребенок принимает задание полностью, во всех компонентах, сохраняет цель до конца занятия. Работает сосредоточенно, не отвлекаясь, примерно в одинаковом темпе. Работает, в основном, точно, если и совершает отдельные ошибки, то при проверке замечает и самостоятельно устраняет их. Не спешит сдавать работу сразу же, а еще раз проверяет написанное, в случае необходимости делает поправки, совершает все возможное, чтобы работа была выполнена не только правильно, но и выглядела аккуратной, красивой.
2. Ребенок принимает задание полностью, сохраняет цель до конца занятия. По ходу работы допускает немногочисленные ошибки, но не

замечает их и самостоятельно не устраняет. Не устраняет ошибок и в специально отведенное для проверки время в конце занятия, ограничивается беглым просмотром сделанного, качество оформления работы его не заботит, хотя общее желание получить хороший результат у него есть.

3. Ребенок принимает цель задания частично и не может ее сохранить в полном объеме до конца занятия, поэтому пишет беспорядочно. В процессе работы допускает ошибки не только из-за невнимательности, но и потому, что не запомнил какие-то правила или забыл их. Свои ошибки не замечает, не исправляет их ни по ходу работы, ни в конце занятия. По окончании работы не проявляет желания улучшить ее качество. К полученному результату равнодушен.
4. Ребенок принимает очень небольшую часть цели, но почти сразу же теряет ее. Пишет в случайном порядке. Ошибок не замечает и не исправляет, не использует и время, отведенное для проверки выполнения задания в конце занятия. По окончании сразу же оставляет работу без внимания. К качеству выполненной работы абсолютно равнодушен.
5. Ребенок совсем не принимает задание по содержанию, более того, часто вообще не понимает, что перед ним поставлена какая-то задача. В лучшем случае он улавливает из инструкции только то, что ему надо действовать карандашом и бумагой, пытается это делать, исписывая или разрисовывая лист как получится, не признавая при этом ни полей, ни строчек. О саморегуляции на заключительном этапе занятия речи даже не идет [43].

Ведущее отставание в становлении саморегуляции в интеллектуальной деятельности у младших школьников с ЗПР совпадает с общим их психическим недоразвитием. Большинство ученых утверждают, что к началу образовательного процесса в школе большинство детей развитием по норме уже в состоянии самостоятельно регулировать свои действия, в то время как

у школьников с ЗПР имеется очевидная недостаточность сформированности данных процессов.

Критерии У.В. Ульенковой говорят об уровнях интеллектуального развития детей раннего школьного возраста. Дети, соответствующие возрастным нормам показали I-II уровень развития саморегуляции. Школьники с ЗПР располагаются на III-IV уровнях. К V уровню обычно относят детей с той или иной степенью умственной отсталости.

II уровень развития саморегуляции у детей с ЗПР показывает нижние границы уровня. Критерии этого уровня, изучены и практикуются на нормально развивающихся детях. Эти дети не анализируют и не могут самостоятельно исправить сделанные ими ошибки. Самые распространенные ошибки - на логические правила задания. Таким детям сложно преодолеть привычку полагаться на внешний контроль. Они постоянно надеются на помощь педагога или другого взрослого. Дети сторонятся умственной работы, не прилагают образовательных усилий, соответственно, не могут получать от интеллектуальной деятельности удовольствия.

III уровень развития саморегуляции. На этом уровне дети уверенно принимают сенсорные правила, не требующие длительного осмысления и понимания. Принятая в начале занятия логическая часть задания по ходу работы теряется. Отсутствие самоконтроля приводит к потере смысловой нагрузки поставленной задачи. На заключительном этапе деятельности школьники показывают полную несформированность действий в сравнения результата с заданным образцом.

Самым массовым уровнем саморегуляции для детей с ЗПР является IV. Детям трудно дается не только логическая, но и сенсорная часть задания. Свободно и легко они принимают только общую установку, на нее и направляют свою деятельность, во время, отмерянное для проведения занятия. Самоконтроль, на всех этапах занятия, отсутствует.

Как видим, саморегуляция у детей с ЗПР осуществляется весьма слабо. Эти предпосылки говорят о необходимости поиска путей коррекции

недостатков саморегуляции младших школьников с задержкой психического развития[43].

### **1.3. Роль технологии биоуправления в коррекции саморегуляции у детей с задержкой психического развития**

Биоуправление - это современная компьютерная лечебно-оздоровительная технология, базирующаяся на принципах адаптивной биологической обратной связи. Главной задачей технологии - обучение навыкам саморегуляции. Обратная связь, обеспеченная компьютером, облегчает процесс обучения человека личному физиологическому контролю. Оборудование делает доступной информацию о состоянии организма, в обычных условиях не воспринимаемую[12].

П.К.Анохин, К.М.Быков и В.Н.Черниговский основоположники биотехнологии в России. В 1955 году академик М.И.Лисина провела первый эксперимент по обучению произвольному регулированию просвета кровеносных сосудов. Метод биоуправления был признан на уровне Министерства здравоохранения СССР и в 1983 году вышел приказ о его аппаратурном обеспечении. Благодаря исследованиям метод биоуправления разрешен и рекомендован как способ лечения в детской неврологии [45].

Биоуправление представляет собой комплекс процедур, при проведении которых человеку, посредством специальных технических устройств передается информация о состоянии той или иной физиологической функции его собственного организма. На основе полученной информации с помощью аппаратуры и используя специальные приемы, человек развивает навыки саморегуляции, т.е. приобретает способность произвольно изменять физиологические функции организма. Это особый, кардинально новый вид обучения как детей, так и взрослых. Технология обеспечивает произвольный контроль над многими

физиологическими процессами - частотой сердечных сокращений, температуры кожи, степени напряжения мышц, показателей дыхания и др. [25].

Биоуправление - не только технология, но и концептуальный подход к регуляции функций и состояний организма человека, широко используемый в диагностических, лечебно-реабилитационных и профилактических целях.

В данной работе за основу взято понятие «биологическая обратная связь» - БОС – и используется термин БОС-тренинг. С одной стороны, такой подход удовлетворяет требованиям краткости, а с другой – отражает суть и цели БОС-процедуры.

Преимущества метода БОС-тренинга:

- объективность (основу составляет регистрация биоэлектрических импульсов, генерируемых внутренними органами);
- аналитичность (интерпретировать результаты помогают компьютерные аналитические программы);
- комплексность (одномоментное исследование всех органов и систем);
- визуализация (графическое наглядное представление результатов на экране монитора);
- возможность наблюдения динамики параметров в режиме реального времени;
- обучение навыкам саморегуляции, релаксации и управляемого восстановления поражённых органов и систем;
- длительный эффект, формирование устойчивых навыков самокоррекции психических, физиологических процессов [32].

Важнейшим качеством БОС-тренинга является точность снятия физиологических параметров в реальном времени без модулирующих искажений при обработке сигнала. В каждой системе БОС на базе современных цифровых устройств осуществляется высокоточная регистрация индивидуальных характеристик биоэлектрической активности

мозга, мышц и т.д. Это позволяет пациентам и тренируемым анализировать в полной мере особенности текущих физиологических процессов, и в интерактивном режиме влиять на них, используя дополнительные технологии аутотренинга [46].

Проведенное исследование статьи О.А. Джафаровой, Е.Н. Даниленко «Возможности биоуправления в учебной адаптации младших школьников» [12] показало, что использование технологии БОС-тренинга доступно для применения в общеобразовательной структуре. В современной педагогике с целью развития эффективных навыков саморегуляции у младших школьников предложена технология игрового компьютерного биоуправления психологическим состоянием ребенка.

Комплексы биологической обратной связи (БОС) - это программно - аппаратные комплексы, состоящие из прибора, комплекта датчиков и программы. Служат для адаптивного биоуправления на основе биологической обратной связи. Они могут применяться как для улучшения физических и эмоциональных состояний, так и для терапии. Могут быть использованы физиологами, психологами, педагогами и логопедами.

Разработанная технология БОС-тренинга включает в себя большое разнообразие игровых сюжетов, что позволяет учитывать индивидуальные особенности школьников (тревожность, навыки концентрации внимания). Исходя из научного исследования руководителя лаборатории компьютерных систем биоуправления ФГБНУ «Научно-исследовательский институт молекулярной биологии и биофизики», г. Новосибирск О.А. Джафаровой повторное прохождение игровых действий не исключается, а напротив, способствует закреплению у ребёнка полученных умений и навыков [12]. Среди игровых сюжетов можно привести в пример некоторые, из них:

1. Игровая ситуация «Ралли» – гонка по кольцевой автодороге, где ребёнок выступает в качестве водителя. Игрок проходит сюжет самостоятельно принимая решения, находясь «за рулем автомобиля». Во время прохождения игры на дороге случайно возникают преграды в

виде камней. Задача игрока проявить максимальную реакцию во избежание столкновения с препятствием. В каждой попытке прохождения игрового сюжета появляются от 14 до 18 камней. Умение контролировать собственный сердечный ритм и высокий уровень концентрации внимания позволяют выполнить условия игры.

2. Игровая ситуация «Водолазы» – соперническая игра, цель которой первому достигнуть финиша. Для того, что бы одержать победу участнику необходимо обогнать в собранных сокровищах соперника. Погружение под воду происходит только после нормализации физиологических показателей. Водолаз двигается тем быстрее, чем ниже пульс игрока. Необходимость контролировать своё психоэмоциональное состояние необходимое условие для победы в данном игровом сюжете.
3. Игровая ситуация «Магические кубики» в отличие от предыдущих игр направлена на умение ребенка успокаиваться и брать под контроль эмоции. данная игра не предусматривает соперничества. По сюжету на экране появляются мыши, которых волшебник превращает в кубики. Задача игрока построить из кубиков максимально высокую башню. Строение рассыпается при волнении ребёнка. Чем более спокоен игрок, тем качественнее и выше построенная башня [12].

Таким образом, можно полагать, что формированию навыков психической саморегуляции у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития будет способствовать использование технологии БОС-тренинга во время коррекционных занятий. Для включения активности играющих детей, а так же для повышения продуктивности игровой деятельности, педагогу необходимо опираться на индивидуальные особенности развития и психоэмоционального состояния каждого ребёнка. Возможно неоднократное использование игровых сюжетов для закрепления у детей полученных ранее умений и навыков.

## Выводы по главе I

На основании проведённого анализа психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, была раскрыта клинико-психологическая характеристика детей с задержкой психического развития; раскрыто понятие «задержка психического развития» и приведена классификация основных его форм. Нами определено, что проблемы ЗПР и причины её возникновения рассмотрены отечественными и зарубежными учёными достаточно глубоко и объемно. Выявлено, что в данном случае формулировка «задержка» подчеркивает именно временный характер отставания в развитии ребёнка, который преодолевается более успешно при раннем вмешательстве и создании благоприятных условий для развития и обучения детей данной категории.

Определены особенности развития саморегуляции у детей с ЗПР. Выявлено, что ведущее отставание в становлении саморегуляции в интеллектуальной деятельности у младших школьников с ЗПР совпадает с общим их психическим недоразвитием. Детям трудно дается не только логическая, но и сенсорная часть задания. Свободно и легко они принимают только общую установку, на нее и направляют свою деятельность. В младшем школьном возрасте большое значение в формировании саморегуляции влияют игровая деятельность ребёнка, достаточное количество когнитивного общения и приобретаемый опыт социального взаимодействия. Данный процесс непременно должен носить систематический и целенаправленный характер, что может быть обеспечено только в условиях комплексного образования и воспитания.

Изучена теоретическая база и научные исследования, прилагающиеся к технологии БОС. Определенно, что разработанная технология БОС-тренинга включает в себя большое разнообразие игровых сюжетов, что позволяет учитывать индивидуальные особенности школьников (тревожность, навыки концентрации внимания). При изучении технологии мы не обнаружили

существенных различий между играми для детей с ЗПР и развивающимися по норме. Исходя из характеристики особенностей ЗПР, следует, что детям с ЗПР может потребоваться многократное объяснение инструкций и правил игры, более длительное время для выполнения заданий и, возможно, помощь педагога в выполнении заданий.

## **ГЛАВА II. СОДЕРЖАНИЕ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ИЗУЧЕНИЮ ОСОБЕННОСТЕЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ**

### **2.1. Цель, задачи и организация констатирующего эксперимента**

В период с марта по апрель 2021г. на базе АНО «Центр поддержки людей с ограниченными возможностями здоровья «Легкий шаг» г. Ачинска был проведён исследовательский эксперимент. В исследования приняли участие 10 детей в возрасте 7-8 лет (6 мальчиков и 4 девочки). У всех исследуемых детей по заключениям психолого-медико-педагогической комиссии (далее по тексту ПМПК) был поставлен диагноз ЗПР.

Экспериментальное исследование проходило в три этапа:

1. **Констатирующий.** Данный этап позволит выявить особенности саморегуляции у младших школьников с ЗПР;
2. **Формирующий.** Этап формирующего эксперимента направлен на коррекцию саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ЗПР посредством технологии БОС-тренинга;
3. **Контрольный.** Заключался в подведении итогов и сравнении результатов с изначальным уровнем развития саморегуляции у младших школьников с ЗПР.

**Цель** констатирующего эксперимента: изучение особенностей саморегуляции у младших школьников с ЗПР.

**Задачи** констатирующего эксперимента, основаны на задачах практической части данного исследования:

- Подобрать необходимые методики для исследования особенностей саморегуляции у исследуемых детей;
- Констатировать имеющиеся нарушения;

- Обработать и проанализировать полученные экспериментальные данные, а так же сделать выводы, исходя из результатов тестирования для проведения коррекционных занятий;

**Содержание** констатирующего эксперимента. Работа данного этапа заключалась в анализе заключений ПМПК [30], взаимодействии с родителями, установлении положительного эмоционального контакта с детьми, проведении методик исследования и анализе результатов диагностики.

Для ознакомления с предстоящим экспериментом и получения разрешения на сбор и обработку данных (Приложение 1) была проведена встреча с родителями (законными представителями) исследуемых детей.

Далее были изучены анамнестические данные каждого ребёнка. Для изучения руководством Центра были предоставлены протоколы обследования детей психолого-медико-педагогической комиссией с заключениями и рекомендациями (Приложение 2). Анализ полученных результатов был учтён при составлении методики диагностического исследования.

Следующая часть эксперимента проводилась в игровом виде [23]. Автором исследования были проведены две групповые подвижные игры (Приложение 3). Участие приняли все исследуемые дети, тем самым необходимый положительный опыт общения с педагогом был достигнут, знакомство с детьми было осуществлено.

В процессе проведения эксперимента было зафиксировано то, как ребёнок вступал в игру со сверстниками, со знакомыми взрослыми, как реагировал на вступление нового педагога в устоявшийся игровой процесс. Отмечено, насколько сформированы навыки межличностной коммуникации, уровень разговорной речи. Были учтены моменты понимания и принятия условий и правил игры. Так же особое внимание было уделено эмоциональному состоянию детей во время проведения игровых действий.

Следующей работой констатирующего этапа была диагностика уровня сформированности саморегуляции у детей с задержкой психического развития. На основе пособия С.Г. Шевченко «Диагностика и коррекция задержки психического развития у детей» нами был подобран комплекс диагностических заданий для проведения обследования [45], в том числе выявление негативных тенденций в личностном развитии ребенка при общении со сверстниками; эмоциональной реакции ребенка на чувства и переживания, связанные с его травмирующим фактором; развитие способности осознавать себя и добровольно регулировать эмоции; создание предпосылок для преодоления тревоги и страха.

Работа проводилась в естественных условиях, индивидуально, без нарушения режима дня и сна ребёнка.

Каждому школьнику было предложено три методики, выбранные исходя из уровня развития и восприятия инструкции детьми данной категории. Основываясь на методические разработки и рекомендации для ДОО научно-популярного журнала «Современное дошкольное образование. Теория и практика» (2018. - №3. - с. 32-36) диагностические задания и интерпретация результатов были упрощены в целях доступности проведения исследования. В процессе обработки нами учитывались стойкость интереса ребёнка к заданию, работоспособность на протяжении всего исследования, глубина понимания поставленной задачи, принятие помощи от педагога и поведение ребёнка во время прохождения тестов. Для проведения эксперимента были выбраны три вида тестовых заданий, включающих в себя, помимо основных задач такие, как изучение уровня восприятия детьми вербальной инструкции, умения сопереживать, уровня владения собственными эмоциями и способами их передачи в игре и во время беседы.

Для изучения саморегуляции поведения были выбраны следующие методики: 1. Методика "Рукавички" (Г.А. Цукерман); 2. Методика "Лесенка" (Щур В.Г.); 3. Методика "Изучение саморегуляции" (У. В. Ульenkова) [42].

Подробное описание методик и рекомендации к интерпритации результатов представлены в Приложении 4.

#### Методика 1. "Рукавички" (Г.А. Цукерман)

Данная методика направлена на развитие у младших школьников умения работать в команде, парами, умение слушать и слышать партнера, работать с ним согласованно делая одно дело. Для осуществления этой задачи детям предлагается игра: участников разбивают на пары, команды, каждому участнику выдается нарисованная рукавичка, задача игроков украсить рукавичку одинаково, чтобы получилась пара. Участники могут самостоятельно выбирать любой орнамент, но самое главное здесь коммуникация, потому что решение должно быть принято совместно.

#### Методика 2. "Лесенка" (Щур В.Г.)

В этой методике главное - выявить особенности самооценки ребенка, его личностного отношения к себе самому, а также его понимания того, как его оценивают окружающие, как взрослые, так и ровесники. Для проведения игрового мониторинга, педагоги берут листочек с лесенкой. Детям предлагают расставить по лесенке всех присутствующих на занятиях детей, по следующей иерархии: на первой ступеньки должны находиться самые хорошие на взгляд ребенка дети, а на последней (пятой или шестой ступеньке) плохие, вредные дети. По полученной схеме можно легко понять, какое место в социальной лестнице, на взгляд ребенка занимает он сам.

Методика 3. «Рисование флажков» (У. В. Ульenkова) Цель: определение уровня саморегуляции. Материалы и оборудование: образец работы, цветные карандаши, листочки в клеточку. Ребенку предлагали рассмотреть образец задания. Далее ему давали следующую инструкцию повторить рисунок. По окончании работы, каждому ребенку задавали вопросы.

Согласно нормам СанПин вся работа проводилась в естественных условиях, в группах и индивидуально, без нарушения режима дня и сна детей.

Таким образом, изучив литературу и определившись с выбором методики, нами была сформирована последующая работа констатирующего эксперимента, поставлены задачи и условия его выполнения.

## **2.2. Анализ результатов исходного уровня развития саморегуляции у детей с задержкой психического развития**

Анализ полученных результатов при изучении анамнестических данных каждого ребёнка проводился из полученных результатов и был учтён при составлении методики диагностического исследования [27]. По полученным данным была составлена сводная таблица, где представлены общие сведения о детях, участвовавших в эксперименте (см. Таблицу 1).

Таблица 1

Сводные данные исследования заключений ПМПК о дошкольниках с ЗПР, составивших экспериментальную группу

п/п	Имя, возраст	Сведения о семье	Рекомендации ПМПК
1	Егор В. 7,1 лет	Полная	Формирование учебной мотивации. Развитие пространственной ориентации. Формирование алгоритмов предметно-практической и познавательной деятельности. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности.

2	Дима Г. 7,9 лет	Не полная	<p>Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция её недостатков. Формирование учебной мотивации. Развитие коммуникативных навыков и навыков межличностного взаимодействия. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи.</p>
3	Жора Ф. 7,2	Полная	<p>Развитие навыков коммуникативной речи. Формирование учебной мотивации. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности.</p>
4	Ваня П. 7,5	Не полная	<p>Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция её недостатков. Формирование учебной мотивации. Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие эмоционально-личностной сферы</p>

			и коррекция ее недостатков. Развитие мыслительной деятельности. Развитие пространственной ориентации.
5	Глеб К. 7,11	Полная	Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие мелкой и общей моторики. Развитие коммуникативных навыков и навыков межличностного взаимодействия. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи. Развитие пространственной ориентации.
6	Илья М. 8,2	Полная	Коррекция и развитие недостатков внимания, памяти, восприятия. Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие мыслительной деятельности. Формирование учебной мотивации. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи.

7	Милана П. 7,9	Не полная	<p>Развитие коммуникативных навыков и навыков межличностного взаимодействия. Формирование учебной мотивации. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи. Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие моторики.</p>
8	Аня Б. 7,5	Полная	<p>Формирование алгоритмов предметно-практической и познавательной деятельности. Развитие координации и общей моторики. Формирование учебной мотивации. Формирование графомоторных навыков. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи. Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие коммуникативных навыков и навыков межличностного взаимодействия.</p>
9	Сабрина И. 7,4	Не полная	<p>Формирование учебной мотивации. Развитие эмоционально-личностной сферы</p>

			и коррекция ее недостатков. Коррекция ВПФ. Развитие моторики. Развитие мыслительной и конструктивной деятельности. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи. Коррекция и развитие познавательных процессов. Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие коммуникативных навыков.
10	Полина К. 7,2	Полная	Коррекция и развитие познавательных процессов. Развитие зрительно-двигательной координации. Формирование учебной мотивации. Коррекция ВПФ. Развитие мыслительной деятельности. Развитие речи. Развитие пространственной ориентации.

Анализ результатов исследования, а именно сбора анамнестических данных через изучение предоставленной документации позволил подобрать направления коррекционной деятельности, а также выстроить правильную структуру психолого-педагогической работы.

По итогам исследования был проведён анализ рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии. Общие рекомендации ПМПК по группе исследуемых детей представлены на Рисунке 1.

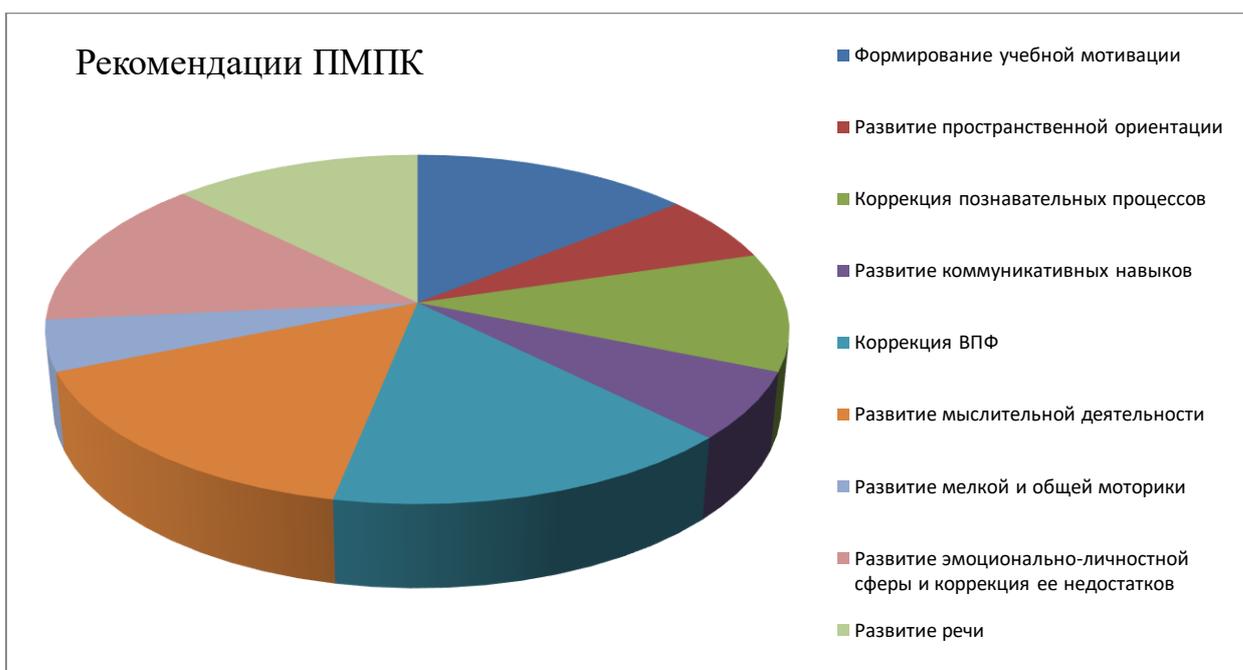


Рисунок 1. Рекомендации психолога - медико-педагогической комиссии по коррекции недостатков у детей с ЗПР

Как следует из рисунка, большая часть детей исследуемой группы нуждаются в коррекции высших психических функций, формировании учебной мотивации, развитии мыслительной деятельности и речи, развитии эмоционально-личностной сферы и коррекции ее недостатков. Так же дети испытывают трудности в коммуникации, требуется помощь в развитии пространственной ориентации, мелкой и общей моторики. Большинство детей испытывают дефицит в познавательных процессах.

В игровой части констатирующего эксперимента (Приложение 3) участие приняли все исследуемые дети, тем самым необходимый положительный опыт общения с педагогом был достигнут, знакомство с детьми было осуществлено.

По итогам наблюдения за детьми в процессе игровой деятельности выявлено, что большая часть детей испытывает трудности при коммуникативном взаимодействии. Дети обидчивы, эмоциональный фон не стабилен. При коммуникативном общении речь сбивчивая, нить разговора часто теряется. Поведенческая сторона так же не имеет постоянной структуры. В игру большинство детей вступали охотно, но при столкновении

со сложностями, быстро теряли интерес и требовали к себе повышенного внимания.

Проведённое обследование детей по выбранным нами методикам дало результаты, которые прошли качественный и количественный анализ.

Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман) была направлена на выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества (кооперация). Оценивались такие универсальные учебные действия, как коммуникативные.

Большинство детей 7-8 лет с ЗПР показали низкий уровень взаимодействия.

Центральное место среди возникших конфликтов при парной работе занимает у детей нежелание выполнять просьбы напарника. Большое количество споров было при насмешках и взаимных обвинениях детей. В узорах преобладают различия или вообще нет сходства. Дети не пытаются договориться, каждый настаивает на своем.

Данные, полученные в нашем исследовании, подтвердили картину низкого уровня взаимодействия, которую описал для детей этого возраста И.И. Захаров.

В Таблице 2 приведены результаты парной работы исследуемой группы детей.

Таблица 2

Результаты парной работы при исследовании  
по методике «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

№ пары	Дети	Результат
1	Сабрина И., Милана П.	Низкий
2	Илья М., Жора Ф.	Низкий
3	Дима Г., Аня Б.	Низкий
4	Ваня П., Егор В.	Средний
5	Глеб К., Полина К.	Высокий

Таким образом, большинство пар показали низкий результат исследования.

Среди опрошенных детей выделялась пары детей с наибольшим количеством возникших межличностных конфликтов, это 4 человека (40% от общего числа детей). Эмоциональное отношение у пары №1 к совместной деятельности во время работы наблюдалось негативное, дети постоянно ссорились, контроль за работой отсутствовал. Сломанный карандаш у Сабрины привёл к драке между девочками. Пара №3 абсолютно не взаимодействовала между собой, шаблон у Ани был зарисован хаотически, Дима отказался от выполнения задания, не объясняя причин. Именно эти дети нуждаются в первую очередь в коррекции психической саморегуляции.

Ещё одна пара детей (20%) показали высокий порог низкого уровня умения взаимодействовать. Пара №2, где Илья раскрасил свой шаблон самостоятельно и аккуратно, но не имел при этом взаимодействия с напарником. Жора отказался от выполнения задания.

Пара №4 - 2 человека (20%) имеют средний уровень способности к взаимодействию. Мальчики много взаимодействовали, обсуждали, но к выполнению задания приступили не сразу, что привело к низкой продуктивности результата.

Пара №5 показали высокий результат взаимодействия. Дети по очереди предлагали узоры для рисования, Полина помогала Глебу при выполнении, мальчик с благодарностью принимал помощь.

Проведённая методика "Лесенка" (Щур В.Г.) была направлена на определение особенности самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как его оценивают другие люди - родители и одноклассники.

В Таблице 3 представлены количественные результаты проведённого анализа тестирования.

## Результаты исследования детей по методике "Лесенка" (Щур В.Г.)

Ступени	Дети
1 ступень «самые плохие дети»	Милана П. Дима Г.
2 ступень «плохие дети»	Сабрина И., Аня Б.
3 ступень «не очень хорошие дети»	Ваня П., Егор В., Илья М., Жора Ф.
4 ступень «хорошие дети»	Полина К.
5 ступень «самые хорошие дети»	Глеб К.

При анализе выбора «На какую ступеньку ты поставишь себя?» можно сделать вывод о том, что у детей отмечается низкий уровень самооценки. Это следует из того, что из десяти детей с ЗПР на ступеньку «самые хорошие дети» себя поставил только один ребёнок и на ступеньку «хорошие дети» тоже один ребёнок. Это говорит о положительно сформированной самооценке.

На ступеньку 1-2 («самые плохие и плохие дети») себя поставили четыре человека. Данный результат свидетельствует о критически низком уровне самооценки и может указывать на психические или соматические нарушения в развитии данных детей.

Остальные дети поставили себя на 3 ступеньку, что соответствует интерпретации «не очень хорошие дети». Из этого следует, что у детей отмечается отрицательное отношение к себе, отмечается неуверенность в собственных силах. Это серьёзное нарушение в структуре личности, которое, по мнению психологов, может привести к депрессии и асоциальности в будущем.

Проведённая методика «Рисование флажков» (У. В. Ульенкова) была направлена на определение уровня саморегуляции. В Таблице 4 представлены результаты исследования по данной методике.

Таблица 4

Результаты исследования уровня саморегуляции детей по методике  
«Рисование флажков» (У.В. Ульenkова)

Уровень	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень	5 уровень
Дети	-	Глеб К., Полина К.	Жора Ф., Илья М., Сабрина И., Егор В., Ваня П., Аня Б.	Дима Г.	Милана П.

Согласно таблице все испытуемые дети с ЗПР показали различные уровни сформированности саморегуляции. Результаты обследования показали, что большинство детей справились с заданием на среднем уровне, что составило 60% от общего числа детей.

Двое детей показали результаты второго уровня, что говорит о том, что дети справились с заданием, испытывая некоторые трудности, допустив небольшое количество ошибок (1-2). Данный результат можно соотнести к высоким показателям тестирования.

Один ребёнок справился с заданием не в полном объёме, допустил большое количество ошибок (5-7), что соответствует четвёртому уровню. Самый низкий результат показал также один ребёнок, который не справился с заданием и не смог выполнить большую его часть.

Итоговые результаты обследования по всем трём методикам представлены в Таблице 5.

Таблица 5

Итоговые данные констатирующего эксперимента

Ребёнок	№ методики и уровень её прохождения			Итоговый уровень
	1	2	3	

Егор В.	Средний	Средний	Средний	Средний
Дима Г.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Жора Ф.	Низкий	Средний	Средний	Средний
Ваня П.	Средний	Средний	Средний	Средний
Глеб К.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Илья М.	Низкий	Средний	Средний	Средний
Милана П.	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
Аня Б.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
Сабрина И.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
Полина К.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий

Следуя данным таблицы, можно констатировать, что наилучшие результаты показали двое детей. Глеб К. без особых усилий справился с заданиями, однако ребёнку потребовалось большее количество времени, чем было отведено. В двух заданиях у него возникли затруднения, с которыми он смог впоследствии справиться с помощью наводящих вопросов. В одном из заданий Глебу потребовалась существенная помощь педагога, т.к. ребёнок не был знаком со словами и терминами, представленными в тесте. Данные результаты свидетельствуют о недостаточной сформированности знаний ребёнка об окружающем мире и низком уровне словарного запаса. Для Полины К. задания не представляли особой сложности, но девочка много отвлекалась, разговаривала не по теме задания, тем самым теряя время, отведённое на прохождение тестов.

Четыре ребенка: Дима Г., Аня Б., Милана П. и Сабрина И., показали низкий уровень результатов. У данной группы возникли большие затруднения в выполнении, так же им понадобилось намного больше времени, чем другим. Дети не всегда понимали смысл инструкции, им сложно было сконцентрировать своё внимание на задании. Даже при существенной помощи педагога Дима Г. выполнял задание, не до конца понимая, что именно от него требуется. Эмоциональное состояние двух

испытуемых (Дима Г. и Милана П.) было не стабильно, дети демонстрировали своё нежелание выполнять задания, часто спрашивали, когда можно будет позвать маму.

Также четверо детей (Егор В., Жора Ф., Ваня П., Илья М.) справились с заданиями на среднем уровне. Детям требовалась помощь педагога в виде наводящих вопросов, а так же дополнительное время на выполнение заданий.

Из группы детей, получивших среднюю оценку выполнения, хотелось бы отдельно отметить Жору Ф., который отказался выполнять первое задание, не объясняя причины такого поведения. По условиям эксперимента к данному заданию возвращаться было запрещено и потому мальчик не получил за него баллы, тем самым подведя напарника - Илью М.

Так же стоит отметить Аню Б., которая испытывала стеснение при прохождении методик, была не уверена в своих знаниях, стеснялась этого и потому начинала отвечать и работать над тестами только после наводящих вопросов педагога.

В ходе наблюдения за детьми во время прохождения групповых подвижных игр и индивидуального тестирования было отмечено не стабильное эмоциональное состояние большинства детей. Обидчивость, повышенное эмоциональное возбуждение при обсуждении результатов игр, свидетельствуют о нестабильности уровня положительной эмоциональной сферы, что следует учитывать при проведении этапа формирующего эксперимента. Так же результаты тестов показали о разнородности показателей сформированности той или иной высшей психической функции.

Таким образом, было установлено, что уровень развития саморегуляции у детей с ЗПР младшего школьного возраста развит не равномерно. Среди детей были такие, которые выполняли задания без особых затруднений, а были и те, которым часто требовалась существенная помощь взрослого.

## **Выводы по главе II**

С целью изучения особенностей саморегуляции у детей с ЗПР была обозначена цель, задачи, методы и содержание экспериментальной программы, которая проходила в три этапа - констатирующий, формирующий, контрольный.

При подготовке к констатирующему этапу эксперимента были подобраны задания, основанные на материалах авторских методик для проведения диагностики особенностей функций саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

Проведённый анализ констатирующего этапа показал, что все дети исследуемой группы имеют различные показания состояния саморегуляции. Однако у всех детей в становлении функций самоконтроля отмечается заметное отставание и/или своеобразие. Детям необходима содержательная помощь, основанная на вербальном объяснении способов выполнения диагностических задач. У большинства наблюдаются низкий уровень учебной мотивации, высокая заинтересованность в игровой деятельности, сопряжённая рассеянностью внимания. Данные показатели являются индивидуальными особенностями, свойственными детям с ЗПР, которые следует учитывать при оказании коррекционной помощи.

# ГЛАВА III. КОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ САМОРЕГУЛЯЦИИ У ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПОСРЕДСТВОМ ТЕХНОЛОГИИ БИОУПРАВЛЕНИЯ

## 3.1. Теоретическое и методологическое обоснование программы экспериментальной работы, направленной на коррекцию саморегуляции

Результаты констатирующего этапа эксперимента показали, что саморегуляция у детей с задержкой психического развития недостаточно развита, имеет ряд специфических особенностей и нуждается в дополнительных коррекционных мероприятиях.

Данные обстоятельства указывают на необходимость разработки программы по преодолению задержки и развитию саморегуляции с использованием технологии биоуправления.

**Актуальность программы:** В настоящее время педагогической статистикой отмечается устойчивая закономерность увеличения количества младших школьников с ЗПР.

Одной из основных особенностью ЗПР является недоразвитие функций самоконтроля и низкий уровень учебной мотивации. Дети данной категории испытывают трудности в большинстве видов деятельности. Данная специфика влияет на качество жизни ребёнка, так как страдают основные функции - игра, речь, общение с взрослыми и сверстниками, представления о себе и окружающем мире, регуляция собственного поведения.

Временный характер отставания, который подчёркивается термином «ЗПР», с возрастом часто успешно преодолевается и к среднему звену школы дети достигают уровня развития своих сверстников, не имеющих проблем в развитии. Однако для преодоления данных специфических трудностей должны быть созданы благоприятные условия комплексного

педагогического и медицинского вмешательства, а так же ранней коррекционной помощи.

Многие отечественные учёные отмечают у детей младшего школьного возраста с ЗПР низкий уровень интеллектуальной работоспособности, который сочетается с высоким уровнем тревожности. Низкий уровень познавательной деятельности и учебной мотивации так же тормозят развитие ребёнка. Дети часто подменяют понятия причины и следствия, не понимают истинного и тем самым не могут полноценно нести ответственность за собственные поступки. Подлинные понятия временных и пространственных соотношений дети заменяют случайной близостью. Значительное затруднение вызывает у них удержание и воспроизведение элементов речи и визуальной информации.

В этой связи для коррекции саморегуляции нами были использованы интерактивные игровые сюжеты БОС - тренинга, так как они являются одним из эффективных средств коррекции психической саморегуляции у детей с ЗПР. Увлекательный материал и современная подача способствуют положительному отношению к выполняемой работе, повышают общую работоспособность. Возможность в игровой форме многократного повторения той или иной информации способствует развитию ранее полученных навыков и формированию новых.

В психолого-педагогической практике применяются специальные интерактивные игры и технологии, которые несут развивающую, коррекционную и образовательную функции. Они способствуют решению конкретных развивающих задач воспитания школьников, обеспечивают влияние игровой деятельности на становление личности.

Многие учёные занимались в своих исследованиях развитием саморегуляции у младших школьников с ЗПР. Среди них У.В. Ульenkova, С.Г. Шевченко и др. Данные авторы уделяли значительное внимание снятию тревожности у детей данной категории, повышению уровня учебной мотивации, развитию высших психических функций [45, 43]. Л.С. Выготский

разработал теоретические положения о ведущей роли предметной деятельности в развитии психики ребенка дошкольного возраста [9].

В практической части работы был использован развивающе-коррекционный комплекс с биоуправлением на основе запатентованной технологии отслеживания движений тела и жестов на стандартном ПК БОС-тренинг.

**Цель формирующего этапа эксперимента** разработка и апробирование коррекционного курса с использованием технологии БОС - тренинга для развития саморегуляции у детей с задержкой психического развития.

**Основные задачи формирующего этапа эксперимента:**

- Развитие саморегуляции;
- Повышение продуктивности мыслительной деятельности;
- Снятие мышечного и эмоционального напряжения.

По результатам наблюдения за детьми во время прохождения первого этапа исследования было выявлено, что большинство детей имеют низкий уровень опыта социального взаимодействия и не стабильный эмоциональный фон, что свидетельствует о высоком уровне тревожности. По этой причине в состав занятия был включён комплекс упражнений на расслабление и способности к самоконтролю.

Для составления коррекционно-развивающей программы нами были использованы полученные теоретические знания о поэтапности развития детской психики и особенностях развития детей младшего школьного возраста с ЗПР. Следует так же отметить важность индивидуального подхода к каждому ребёнку во время проведения коррекционно-развивающей работы.

### **3.2. Коррекция саморегуляции младших школьников с ЗПР с использованием технологий биоуправления**

**Целью** данной программы является коррекция психической саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

#### **Задачи:**

- подобрать серию игровых сюжетов, направленных на развитие саморегуляции у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития;
- разработать занятия программы с учётом особенностей развития детей данной категории;
- провести комплекс занятий, включающих комплекс игровых сюжетов БОС - тренинга на развитие навыков самоконтроля, саморегуляции и снятия тревожности;
- по мере коррекционного развития школьников выработать в них позитивный настрой и интерес к обучению.

Работу по коррекции саморегуляции с младшими школьниками с задержкой психического развития проводит педагог-психолог.

Коррекционно-развивающая работа основывается на следующих принципах:

- Единство диагностики и коррекции отражает целостность процесса оказания коррекционной помощи;
- Нормативность развития, согласно нормам онтогенеза;
- Учёт индивидуальных особенностей развития каждого ребенка;
- Коррекция от простого к сложному.

Основные техники и методики, используемые при реализации коррекционной программы: игровые сюжеты технологии БОС-тренинга, т.к. в этом возрасте у детей с задержкой психического развития ведущим видом деятельности является игровая.

Рекомендуемый курс 12 занятий с периодичностью 3 раза в неделю.

Основной формой реализации программы является индивидуальное коррекционно-развивающее занятие с использованием технологии БОС-тренинг с видео-биоуправлением, которое состоит из трех частей и занимает не более 25 минут для детей 7-8, лет, что полностью соответствует возрастным, психологическим и физиологическим возможностям детей младшего школьного возраста.

В Таблице 6 представлено тематическое планирование индивидуальных занятий программы направленной на коррекцию саморегуляции посредством технологии БОС-тренинг у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

Таблица 6

Тематическое планирование

№ занятия	Упражнение	Задачи
Занятие 1	Приветствие «Давай знакомиться»	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком.
	Игра «Мыльные пузыри»	развитие концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, двухсторонней координации и равновесия.
	Игра «Джунгли»	развитие межполушарного взаимодействия, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, укрепление плечевого пояса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Колечко»	снижение утомляемости, активизация работоспособности
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление

		положительных эмоций
Занятие 2	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Мыльные пузыри»	развитие концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, зрительно-моторной координации и равновесия
	Игра «Джугли»	развитие межполушарного взаимодействия, концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, точности движений
	Кинезиологическое упражнение «Кулак-ладонь»	развитие межполушарного взаимодействия
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 3	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Корзинка»	развитие концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений
	Кинезиологическое упражнение «Колечко»	снижение утомляемости, активизация работоспособности
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций

Занятие 4	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком.
	Игра «Корзинка»	развитие концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки.
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Кулак-ладонь»	развитие межполушарного взаимодействия
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 5	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Шалтай-болтай»	развитие концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки
	Игра «Оркестр»	Цель: развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Колечко»	снижение утомляемости, активизация работоспособности
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 6	Приветствие	создание положительного

		эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Кубики» Режим: уровень сложности от 3 до 6	развитие концентрации внимания, введение в числа, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений
	Кинезиологическое упражнение «Кулак-ладонь»	развитие межполушарного взаимодействия
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 7	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Мыльные пузыри»	развитие концентрации внимания, восприятие количества, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений
	Кинезиологическое упражнение «Колечко»	снижение утомляемости, активизация работоспособности
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 8	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка

		психологического контакта с ребенком
	Игра «Джунгли»	развитие концентрации внимания, восприятие количества, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки.
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Кулак-ладонь»	развитие межполушарного взаимодействия
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 9	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Корзинка»:	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений
	Игра «Шалтай-болтай»	развитие межполушарного взаимодействия, двусторонней координации, скорости реагирования, укрепление плечевого пояса
	Кинезиологическое упражнение «Колечко»	снижение утомляемости, активизация работоспособности
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций

Занятие 10	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Игра «Корзинка»:	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Кулак-ладонь»	развитие межполушарного взаимодействия
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 11	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Джунгли»	развитие концентрации внимания, восприятие количества, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки.
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Колечко»	снижение утомляемости, активизация работоспособности
	Рефлексия	развитие способности к обобщению,

		анализу ситуации, закрепление положительных эмоций
Занятие 12	Приветствие	создание положительного эмоционального настроения, установка психологического контакта с ребенком
	Игра «Корзинка»	развитие концентрации внимания, укрепление плечевого пояса, мышечного тонуса и осанки.
	Игра «Оркестр»	развитие согласованности, зрительной и слуховой памяти, концентрации внимания, скручивание средней части корпуса, точности движений.
	Кинезиологическое упражнение «Кулак-ладонь»	развитие межполушарного взаимодействия
	Рефлексия	развитие способности к обобщению, анализу ситуации, закрепление положительных эмоций

### **3.3. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы, направленной на развитие саморегуляции**

Для проведения контрольного этапа была использована та же методика, как при первом обследовании (Приложение 4). Для проведения тестирования был подготовлен второй набор карточек и индивидуальных заданий, не используемый ранее и не знакомый детям. При этом уровень сложности констатирующего и контрольного этапов был равным.

Методика «Рукавички» (Г.А. Цукерман), направленная на выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества (кооперация), показала существенно лучшие качественные показатели, по сравнению с этапом констатирующего эксперимента. Оценивались такие универсальные учебные действия, как коммуникативные и все испытуемые дети 7-8 лет с ЗПР показали низкий высокий и средний уровень взаимодействия. Дети были разделены на пары исходя из предыдущих результатов, но ни одна пара не повторялась по своему составу.

Возникающие споры и конфликты дети старались решать внутри своей пары и напоминали друг другу о необходимости взаимного сотрудничества. Как и при первом эксперименте, центральное место среди возникших конфликтов при парной работе занимает у детей нежелание выполнять просьбы напарника, большинство детей настаивали на своём варианте выполнения узора.

В Таблице 7 приведены результаты парной работы исследуемой группы детей.

Таблица 7

Результаты парной работы при исследовании  
по методике «Рукавички» (Г.А. Цукерман)

№ пары	Дети	Результат
--------	------	-----------

1	Сабрина И., Жора Ф.	Средний
2	Илья М., Милана П.	Средний
3	Дима Г., Егор В.	Средний
4	Аня Б., Полина К.	Высокий
5	Глеб К., Ваня П.,	Высокий

Таким образом, большинство пар показали средний результат исследования.

Среди протестированных детей выделялась пары детей с отсутствием возникших межличностных конфликтов, это 4 человека (40% от общего числа детей). Эмоциональное отношение у пары №4 к совместной деятельности во время работы наблюдалось положительное, дети шутили. Это вызвало особенный интерес у экспериментаторов, поскольку на начало эксперимента Аня самостоятельно не принимала участия в совместных играх и разговорах детей.

Пара №5 так же показала высокие результаты способности к взаимодействию. Мальчики много взаимодействовали и обсуждали предположительный результат, имелся риск не уложиться по времени выполнения. Однако вовремя проявив волевые качества ребята справились с заданием и тем самым заслужили высокий балл при оценивании.

Пары №1, 2, 3 показали средний результат взаимодействия, что улучшило их показатели в сравнении с предыдущим исследованием. Дети старались по очереди предлагать узоры для рисования, помогать друг другу при выполнении. Возникающие конфликты решались без вмешательства педагога.

Проведённая методика "Лесенка" (Щур В.Г.) была направлена на определение особенности самооценки ребенка. На констатирующем этапе детям было дано задание, отметить ступеньку, на которую они сами бы себя поставили. На контрольном этапе было дано задание отметить на какой ступеньке, по их мнению, их видят окружающие. В Таблице 8 представлены

результаты проведённого анализа тестирования.

Таблица 8

Результаты контрольного этапа исследования детей по методике "Лесенка"  
(Щур В.Г.)

Ступени	Дети
1 ступень «самые плохие дети»	Милана П.
2 ступень «плохие дети»	-
3 ступень «не очень хорошие дети»	Дима Г., Сабрина И.
4 ступень «хорошие дети»	Аня Б., Ваня П., Егор В., Илья М.
5 ступень «самые хорошие дети»	Глеб К., Полина К., Жора Ф.

При анализе выбора можно сделать вывод о том, что у детей отмечается повышение уровня самооценки. Это следует из того, что из десяти детей с ЗПР на ступеньку «самые хорошие дети» и «хорошие дети» себя поставили большинство детей, 7 человек. Данные показатели говорят о положительно сформированной самооценке.

Остальные дети поставили себя на 3 ступеньку, что соответствует интерпретации «не очень хорошие дети». Из этого следует, что у детей отмечается отрицательное отношение к себе, отмечается неуверенность в собственных силах. Однако данный результат можно отметить как положительный, т.к. личностные результаты у данных детей повысились.

На ступеньку 1-2 («самые плохие и плохие дети») себя не поставила только одна девочка.

Проведённая методика «Рисование флажков» (У. В. Ульенкова) была направлена на определение уровня саморегуляции. Образец для работы данного этапа отличался от образца констатирующего этапа исследования. В Таблице 9 представлены результаты исследования по данной методике.

Таблица 9

Результаты контрольного этапа исследования уровня саморегуляции детей по методике «Рисование флажков» (У.В. Ульenkова)

Уровень	1 уровень	2 уровень	3 уровень	4 уровень	5 уровень
Дети	-	Глеб К., Полина К., Жора Ф., Илья М. Аня Б.	Егор В., Ваня П., Сабрина И., Дима Г.	Милана П.	-

Согласно таблице все испытуемые дети показали так же различные уровни сформированности саморегуляции. Результаты обследования показали, что большинство детей справились с заданием на втором и третьем уровне, что составило 80% от общего числа детей. Двое детей показали достаточно низкий результат, что соответствует четвертому уровню.

Пятеро детей показали результаты второго уровня, что говорит о том, что дети справились с заданием, испытывая некоторые трудности, допустив небольшое количество ошибок (1-2). Данный результат можно соотнести к высоким показателям тестирования.

Трое ребят справились с заданием в полном объёме, но допустив большое количество ошибок (5-7), что соответствует третьему уровню.

Самый низкий результат показал один ребёнок - не выполнил задание в полном объёме и допустил 6-8 ошибок, но, однако повысив свои показатели в сравнении с этапом констатирующего эксперимента.

Итоговые результаты обследования по всем трём методикам представлены в Таблице 5.

Таблица 5

Итоговые данные констатирующего эксперимента

Ребёнок	№ методики и уровень её прохождения	Итоговый уровень
---------	-------------------------------------	------------------

	1	2	3	
Егор В.	Средний	Высокий	Средний	Средний
Дима Г.	Средний	Средний	Средний	Средний
Жора Ф.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
Ваня П.	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
Глеб К.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Илья М.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
Милана П.	Средний	Низкий	Низкий	Низкий
Аня Б.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий
Сабрина И.	Средний	Средний	Средний	Средний
Полина К.	Высокий	Высокий	Высокий	Высокий

Данная таблица фиксирует индивидуальные результаты прохождения контрольного этапа исследования. Следуя данным таблицы, можно констатировать, что наилучшие результаты контрольного этапа после прохождения детьми программы по коррекции саморегуляции показали шесть детей, что составило 60% группы. Дети справлялись с заданиями без особых усилий, однако часто им потребовалось большее количество времени, чем было отведено. Иногда дети нуждались в незначительной помощи педагога.

Качественное сравнение результатов показало, что наилучшие результаты показали Полина К., Аня Б. и Глеб К., которые справились со всеми заданиями. На выполнение нескольких заданий детям потребовалось дополнительное время, однако дети целенаправленно отказались от помощи педагога и выполнили задания самостоятельно. Во время прохождения коррекционной программы Глеб и Полина часто проявляли инициативу, были активны во время игр. Согласно проведенным ранее исследованиям О.И. Ефимова, данные показатели можно расценивать как результат соперничества между детьми, что в данном случае положительно отразилось на результатах работы [17].

Так же высокие результаты контрольного тестирования показали Ваня П., Жора Ф. и Илья М. Дети справились с заданиями без каких-либо сложностей.

Аня Б. за время прохождения программы часто испытывала стеснения перед другими детьми. Девочка не была уверена в собственных знаниях и предпочитала пассивную роль во время игр. Однако к концу экспериментальной программы девочка начала проявлять инициативу. Во время прохождения контрольного этапа эксперимента Аня самостоятельно справилась с каждым заданием теста.

Четыре человека: Дима Г., Егор В. и Сабрина И., показали средний уровень. У данной группы возникли затруднения в выполнении заданий, требовалась помощь педагога в виде повтора инструкции и наводящих вопросов. Так же детям понадобилось дополнительное время на прохождение тестовых заданий. Но, не смотря на сложности, каждый из детей проявил заинтересованность и личную мотивацию, что говорит о положительных результатах программы.

Следует отдельно Диму Г., который во время констатирующего эксперимента показал самые низкие результаты. После прохождения формирующего этапа Дима с благодарностью принимал помощь педагога, выполнял задания более уверенно и без вспышек негативизма. Эмоциональное состояние Димы, а так же Миланы П. значительно улучшилось, дети с лёгкостью переживали расставание с родителями на время занятий.

Низкий уровень при прохождении контрольного этапа тестирования оказался у Миланы П. Девочка продолжает испытывать трудности при выполнении заданий. Однако стоит отметить улучшение показателей по каждому из тестов. Во время прохождения формирующего этапа эксперимента девочка с большим удовольствием участвовала в дидактических играх, часто задавала вопросы. К концу прохождения

коррекционной программы Милана стала менее болезненно относиться к неудачам во время, что было отмечено психологом Центра.

В начале прохождения формирующего эксперимента отмечалась нестабильность уровня положительной эмоциональной сферы у части детей, что часто приводило к обидам и ссорам. В то время как, после прохождения двух-трёх занятий детям стала хорошо знакома структура и основные правила дидактической игр, что существенно снизило уровень их тревожности.

В ходе наблюдения за детьми во время прохождения коррекционных занятий формирующего этапа эксперимента было отмечено, что дети с удовольствием участвовали в дидактических играх. Озвученные правила они воспринимали проще, чем инструкцию к выполнению не игровых заданий. Именно игровой момент располагал детей к продолжению занятий и даже неудачи дети не воспринимали как личное поражение. Они ожидали начала занятий с позитивным настроем, что может свидетельствовать о том, что учебная мотивация у большинства детей повысилась.

На этапе констатирующего эксперимента в первой методике «Рукавички» дети испытывали множественные трудности, что говорило о низком уровне развития социального взаимодействия, неспособности устанавливать причинно-следственные и пространственно-временные связи. Количественные показатели данной методики увеличились наряду с другими, что говорит о действенности технологии БОС-тренинг в коррекции психической саморегуляции.

Таким образом, итоговое тестирования показало, что уровень саморегуляции существенно повысился после прохождения коррекционной программы с использованием игровых сюжетов технологии БОС-тренинга.

### **Выводы по главе III**

В процессе формирующего этапа исследования по итогам констатирующего эксперимента нами была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на развитие саморегуляции у младших школьников с задержкой психического развития посредством технологии БОС-тренинг. В программе использовались интерактивные игровые сюжеты и кинезиологические развивающие задания. Коррекционная работа проводилась систематически, по единой структуре проведения.

По окончании формирующего этапа с целью выявления эффективности экспериментальной работы был проведен контрольный эксперимент, на котором для исследования уровня саморегуляции у детей использовались те же методики, что и на констатирующем этапе.

Проведённый анализ результатов исследования, свидетельствует о наличии положительной динамики в развитии саморегуляции у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития, что подтверждает эффективность проведенной экспериментальной работы.

## Заключение

С целью коррекции саморегуляции у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития была проведена экспериментальная работа. Для достижения поставленной цели был решен ряд задач.

На основании проведенного анализа психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, была раскрыта клинико-психологическая характеристика детей с задержкой психического развития; раскрыто понятие «задержка психического развития» и приведена классификация основных его форм. Нами определено, что проблемы ЗПР и причины её возникновения рассмотрены отечественными и зарубежными учёными достаточно глубоко и объемно. Выявлено, что в данном случае формулировка «задержка» подчеркивает именно временный характер отставания в развитии ребёнка, который преодолевается более успешно при раннем вмешательстве и создании благоприятных условий для развития и обучения детей данной категории.

Определены особенности саморегуляции у детей с задержкой психического развития. Выявлено, что у детей данной категории чаще всего значительное отставание в становлении саморегуляции в интеллектуальной деятельности совпадает с общим их психическим недоразвитием, наблюдается явное отсутствие навыка сознательно регулировать свои действия. Им сложна не только логическая, но и сенсорная часть задания. Без проблем они принимают лишь общую установку, которой и подчиняют свою активность в отведенное для задания время. Самоконтроль, как в процессе занятия, так и на заключительном этапе, у этих детей отсутствует полностью.

Изучена технология использования биоуправления, как средства развития саморегуляции у детей с ЗПР. Изучив научные труды современных авторов, мы пришли к выводу, что биоуправление - не только технология, но

и принципиально новый концептуальный подход к регуляции функций и состояний организма человека, широко используемый в диагностических, лечебно-реабилитационных и профилактических целях. Использование технологии БОС-тренинга доступно для применения в общеобразовательной структуре. Разработанная технология включает в себя большое разнообразие игровых сюжетов, что позволяет учитывать индивидуальные особенности школьников (тревожность, навыки концентрации внимания). Во время занятий, с помощью моделирования виртуальных ситуаций и условий, требующих осознанного контроля, школьник может совершенствовать навыки саморегуляции.

В период с марта по апрель 2021г. на базе АНО «Центр поддержки людей с ограниченными возможностями здоровья «Легкий шаг» г. Ачинска был проведён исследовательский эксперимент, в котором участвовали 10 детей в возрасте 7-8 лет. С целью изучения особенностей саморегуляции у детей с ЗПР была обозначена цель, задачи, методы и содержание экспериментальной программы, которая проходила в три этапа - констатирующий, формирующий, контрольный.

При подготовке к констатирующему этапу эксперимента были подобраны задания, основанные на материалах авторских методик для проведения диагностики особенностей саморегуляции у детей младшего школьного возраста с ЗПР.

Проведённый анализ констатирующего этапа показал, что все дети исследуемой группы имеют различные показания состояния саморегуляции. Однако у всех детей в становлении самоконтроля отмечается заметное отставание и/или своеобразие. Детям необходима содержательная помощь, основанная на вербальном объяснении способов выполнения диагностических задач. У большинства наблюдаются низкий уровень учебной мотивации, высокая заинтересованность в игровой деятельности, сопряжённая рассеянностью внимания. Данные показатели являются

индивидуальными особенностями, свойственными детям с ЗПР, которые следует учитывать при оказании коррекционной помощи.

По итогам констатирующего этапа с целью последующей коррекции нами была разработана коррекционно-развивающая программа, направленная на выполнение поставленных задач посредством технологии биоуправления. Занятия проходили индивидуально, в игровой форме, с соблюдением режима дня каждого ребёнка и нормам СанПИН.

По окончании формирующего этапа с целью выявления эффективности экспериментальной работы был проведен контрольный этап, на котором для исследования саморегуляции у детей использовались те же методики, что и на констатирующем этапе.

Проведённый анализ результатов исследования, направленного на коррекцию саморегуляции, свидетельствует о наличии положительной динамики в развитии навыков самоконтроля и саморегуляции у детей младшего школьного возраста с задержкой психического развития, что подтверждает эффективность проведенной экспериментальной работы.

В целом проведенное исследование показало справедливость выдвинутых нами предположений. Проведение коррекционной работы посредством технологии БОС-тренинга способствует развитию саморегуляции у детей с задержкой психического развития.

Цели, поставленные нами в начале исследования, достигнуты, задачи решены, выдвинутая гипотеза подтвердилась.

## Список используемой литературы

1. Азимов, Г.А., И. Щукин. Словарь методических терминов [Текст] / Г.А. Азимов. М.: Лит.Рес, 2002.- 132 с.
2. Андреева С.В. Мониторинг социализации воспитанников. / авт.-сост. С.В. Андреева и др. - Волгоград: Учитель, 2017. - 111 с.
3. Блинова, Л. Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития [Текст] / Л. Н. Блинова - М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2002. - 136 с.
4. Божович, Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте. Психологическое исследование / «Просвящение» Москва, 1968. - 464 с.
5. Венгер Л.А., О.М.Дьяченко, Р.И.Говорова, Л.И. Цеханская. Игры и упражнения по развитию умственных способностей у детей дошкольного возраста. / М.: Просвещение, 2016. - 218 с.
6. Веракса А.Н. Индивидуальная психологическая диагностика дошкольника: Для занятий с детьми 5-7 лет. / М.: Мозайка - Синтез, 2016. - 144 с.
7. Власова, Г.А. Дети с задержкой психического развития / Г.А. Власова, В.И. Лубовский, Н.А. Цыпина. / М.: Юнити, 2015. - 489 с.
8. Власова Т.А., Певзнер М.С. О детях с отклонениями в развитии/ М.: Просвещение, 1973. - 314 с.
9. Выготский, Л.С. Вопросы детской психологии / Л.С. Выготский. / М.: ЛитРес, 2016. - 284 с.
10. Гальперин П.Я. Введение в психологию: Учебное пособие для вузов. / М.: Книжный дом «Университет», 1999. - 332 с.
11. Гальперин П.Я. Формирование умственных действий / Хрестоматия. Познавательные психические процессы / Сост. и общ. ред. А. Г. Маклакова. - СПб.: Питер, 2001. - 451 с.
12. Гребнева, О.Л. Диагностика и коррекция нарушения внимания у детей и подростков (с использованием технологии компьютерного

- нейробиоуправления) / О.Л. Гребнева, О.А. Джафарова, Е.Н. Даниленко // Вестник практической психологии образования : научно-методический журнал / Ред. Е.И. Метелькова. – 2005. – №4 (5) октябрь-декабрь 2005. – с. 118-123.
13. Голубева, Л. Г. Развитие и воспитание детей раннего возраста: учеб. пособие / Л. Г. Голубева; ред. В. А. Доскин, С. А. Козлова. - М.: Академия, 2002.
  14. Давыдов В.В. Теория развивающего обучения. / М.: - Интор, 1996. - 544 с.
  15. Дошкольное образование. Практикум по дисциплинам профессионального учебного цикла: учеб. пособие для СПО / О. М. Газина [и др.] ; под ред. О. М. Газиной, В. И. Яшиной. / 2-е изд., испр. и доп. / М. : Издательство Юрайт, 2017. - 111 с.
  16. Ермолаева М.В. Психология развития: Методическое пособие для студентов заочной и дистанционной форм обучения / 3-е издание, Московский психолого-социальный институт, НПО МОДЭК. Серия: Библиотека психолога, 2018. – 376с.
  17. Ефимова В.Л. Исключительные. Как помочь детям, которым трудно учиться в школе. / СПб.: Издательство «Диля», 2016. - 256с.
  18. Ефимова В.Л. Без часов в голове. / СПб.: Издательство «Диля», 2018. - 256 с.
  19. Ефимов О.И., Ефимова В.Л. Вверх тормашками: диалоги невролога и логопеда. / СПб.: Издательство «Диля», 2018. - 320 с.
  20. Зак А.З. Развитие интеллектуальных способностей у детей 6-7 лет. / М. литРес, 1998. - 218 с.
  21. Занков Л. В. Избранные педагогические труды / Л. В. Занков. - М. : Педагогика, 1990. - 424 с.
  22. Забрамная С. Д. Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей: Учеб. для студентов дефектол. фак. педвузов и ун-тов. - 4-е изд., перераб. / М.: Просвещение: Владос, 2017. - 112 с.

- 23.Ильгова В., Сокорева Е. Подвижные игры: старший дошкольный возраст / Дошкольное воспитание, - 2016. - №9. - С. 85-90
- 24.Лисова Н.А., Шилов С.Н., Муллер Т.А. Влияние психоэмоциональной нагрузки и биоуправления на активацию коры головного мозга и вегетативную регуляцию сердечного ритма студенток // В мире научных открытий. - 2017. - Т.9. - №2. - С.109-120. DOI: 10.12731/wsd-2017-2-109-120(ВАК) Лисова Н. А., Шилов С. Н. Саморегуляция лиц юношеского возраста с разным типом темперамента и уровнями активации лобной коры головного мозга // Вестник психофизиологии. - 2019. - №1. - С. 62-68.
- 25.Лисова Н.А., Лукьянова А. А., Кирко В. И. Эффективная адаптация к стрессогенной нагрузке: роль активационных механизмов и типологических свойств нервной системы // Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Биология. Химия. - 2020. - Т. 6 (72). - № 2. - С. 119–128.
- 26.Лисова Н.А., Шилов С.Н. Эффективность энергообеспечения адаптационных реакций у студенток в зависимости от типологических свойств темперамента // Журн. мед.-биол. исследований. 2020. Т. 8, № 3. С. 314–318. DOI: 10.37482/issn2542-1298-Z02
- 27.Леонтьев А. Н. Лекции по общей психологии. / М.: Смысл; Изд., 2007. - 511 с.
- 28.Лебединская К.С. Основные вопросы клиники и систематики задержки психического развития. Актуальные проблемы диагностики задержки психического развития детей / Под ред. К.С. Лебединской. - М., 1982.
- 29.Лубовский В.И. Специальная психология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / В. И. Лубовский, Т. В. Розанова, Л. И. Солнцева и др.; Под ред. В. И. Лубовского. - 2-е изд., испр. / М.: Изд. центр «Академия», 2005. - 464 с.
- 30.Мамаева А.В. Протоколы дефектологического обследования дошкольников: метод. рекомендации/ А.В. Мамаева, Н.В. Сиско, Т.В.

- Зиновьева и др.; гос.пед. ун-т им. В.П. Астафьева.- Красноярск, 2017. - 44 с.
- 31.Методические разработки и рекомендации для ДООУ. Современное дошкольное образование. Теория и практика. - 2018. - №3, - с. 32-36.
- 32.Мосолов С.Н. Бирюкова Е.В. Тимофеев И.В. Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. Применение тренинга биологической обратной связи при тревожных расстройствах, резистентных к психофармакотерапии (открытое контролируемое исследование) № 1, 2010. - с. 15-20.
- 33.Пузанов Б.П. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития: (Олигофренопедагогика): Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Б.П. Пузанов, Н.П. Коняева, Б.Б. Горский и др.; Под ред. Б.П. Пузанова. / М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 272 с.
- 34.Развитие личности ребёнка от пяти до семи. - Изд.2 испр. и доп. / Екатеринбург: Рама Паблишинг, 2019. - 568 с.
- 35.Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. / СПб.: Питер, 2006. - 713 с.
- 36.Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие. - 12-е изд. / М.: Генезис, 2018. - 474 с.
- 37.Сластенин В.А., Исаев И.Ф., Шиянов Е.И. Общая педагогика: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. В.А. Сластенина: В 2 ч. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. - Ч. 1 - 288 с.
- 38.Слепович Е.С. Игровая деятельность детей с ЗПР. / М.: Педагогика, 1990. - 117 с.
- 39.Стребелева Е.А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии: Кн. для педагога-дефектолога / Е.А. Стребелева. - М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2016. - 180 с.
- 40.Сурикова, М.Д. Дети группы риска и их психологические особенности / М.Д. Сурикова // Молодой ученый, - 2015. - № 4.

41. Сухарева Г. Е. Лекции по психиатрии детского возраста (Избранные главы) / М: Медицина, 1974. - 320 с.
42. Сырвачёва Л.А., Уфимцева Л.П. Диагностическая и коррекционно-развивающая работа с детьми младшего школьного возраста группы риска по отклонениям в развитии: учебное пособие / Красноярск, гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. - Красноярск, 2017. - 244 с.
43. Шаповаленко, И.В. Психология развития и возрастная психология: учебник для бакалавров / И.В. Шаповаленко. - М.: Юрайт, 2018. - 567 с.
44. Шевченко С.Г. Диагностика и коррекция задержки психического развития у детей: пособие для учителей и специалистов коррекционно-развивающего обучения / С. Г. Шевченко и др.; под ред. С. Г. Шевченко. - М: АРКТИ, 2001. - 224 с.
45. Штарк М. Б., Шварц М. Биоуправление-4. Теория и практика. - Новосибирск: ЦЭРИС, 2002. - 350 с.
46. Эльконин Д. Б. Детская психология: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Д. Б. Эльконин; ред.-сост. Б. Д. Эльконин. - 4-е изд., стер. / М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 384 с.
47. Lisova N. A., Shilov S. N. Peculiarities of temperament and voluntary self-regulation in sports and humanities students. Bulletin of the Novosibirsk state pedagogical University. 2017. Vol. 7. No. 3. P. 72-88. DOI: 10.15293/2226-3365.1703.05
48. Nadezhda A. LISOVA, Sergey N. SHILOV Adaptive reactions of the central nervous system of students and successful self-regulation under competitive stress // Gazzetta Medica Italiana Archivio per le Scienze Mediche 2018 vol. 177 (3 Suppl 1). pp.104-108. DOI: 10.23736/S0393-3660.18.03785-3

## Приложения

**Согласие на сбор и обработку данных**

Совет Автономной некоммерческой  
организации «Центр поддержки людей  
с ограниченными возможностями здоровья  
«Легкий шаг».

от \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ФИО родителя (законного представителя) полностью

**Заявление**

Я \_\_\_\_\_,  
родитель (законный представитель) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ ФИО ребёнка

согласен / не согласен (нужное подчеркнуть) на сбор и обработку данных моего ребёнка, а так же использование их для написания выпускной квалификационной работы.

согласен / не согласен (нужное подчеркнуть) на фото и видеосъёмку с участием моего ребёнка во время проведения занятий и мероприятий, проводимых в рамках деятельности АНО «Центр поддержки людей с ОВЗ «Легкий шаг», а так же использование их для написания выпускной квалификационной работы.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ года

\_\_\_\_\_

Подпись родителя (законного представителя)



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- постепенное, дозированное введение обучающегося в рамки группового взаимодействия;</li> <li>- возможность чередования сложных и легких заданий, с соблюдением постоянной последовательности;</li> <li>- формирование учебного и временного стереотипа;</li> <li>- дозированное введение новизны</li> </ul>
--	---

**Организация психолого-медико-педагогической помощи**

Специалисты	Направление
учитель-логопед	формирование и развитие различных видов устной речи на основе обогащения знаний об окружающей действительности; обогащение и развитие словаря, уточнение значения слова
учитель-дефектолог	формирование необходимых для усвоения программного материала умений и навыков
педагог-психолог	расширение повседневного жизненного опыта, социальных контактов с детьми и взрослыми в доступных для них пределах; поэтапное формирование учебной деятельности; формирование коммуникативного поведения (фронтальные и индивидуальные занятия); развитие познавательной деятельности (индивидуальные занятия)
врач-невролог, врач-педиатр, врач-психиатр, врач-эпилептолог, врач-ортопед	наблюдение по рекомендациям

*Контроль усвоения программы обучения осуществляется решением консилиума, повторная ПМПК при необходимости*

**Заместитель руководителя психолого-медико-педагогической комиссии**

Заборская Е.И.

**Члены комиссии:**

- Врач-психиатр
- Врач-невролог
- Врач-педиатр
- Врач-ортопед
- Врач-оториноларинголог
- Врач-офтальмолог
- Учитель-дефектолог
- Учитель-логопед
- Педагог-психолог
- Социальный педагог

- Дмитриева М.А.
- Демидова Е.Э.
- Заборская Е.И.
- Томилов А.А.
- Сентемова Ю.В.
- Михалева О.М.
- Кичигина В.А.
- Третьякова И.К.
- Стреж В.В.
- Комогорцева О.И.



С рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии ознакомлен(-а), претензий к процедуре обследования не имею, копия заключения получена.

27 10 2020 г.  
(дата)

Алексеев О.А.  
(фамилия, имя, отчество)

Алексеев  
(подпись)

Заключение психолого-медико-педагогической комиссии действительно в течение календарного года со дня его подписания.

## Подвижные игры для детей 7-8 лет

### Уголки

#### *Задачи:*

учить детей перебегать с места на место быстро, незаметно для ведущего. Развивать ловкость, быстроту движений, ориентировку в пространстве.

#### *Содержание игры:*

Дети становятся возле деревьев или в кружочках начерченных на земле. Один из играющих оставшийся в середине, подходит к кому – либо и говорит «Мышка, мышка продай мне свой уголок». Та отказывается. Водящий идёт с теми же словами к другому. В это время остальные дети меняются местами, а водящий в середине старается занять место одного из перебегающих. Если это ему удастся, оставшийся без уголка становится на середину.

#### *Варианты:*

Если водящему долго не удаётся занять место, воспитатель говорит: «Кошка!» все дети одновременно меняются местами, водящий успевает занять уголок. Нельзя долго стоять в своём уголке.

### Попади в обруч

#### *Задачи:*

учить детей метать мешочки с песком в горизонтальную цель, правой левой рукой прицеливаясь. Развивать глазомер, точность броска.

#### *Содержание игры:*

дети стоят по кругу диаметром 8-10м. через одного в руках мешочек с песком. В центре круга лежит обруч. По сигналу воспитателя дети у которых в руках мешочки, передают их товарищам справа или слева по договорённости. Получив мешочки, дети бросают их стараясь попасть в обруч. Затем дети поднимают мешочки, и возвращаются на свои места в

круг. Снова раздаётся сигнал, и дети передают мешочки своим соседям – вторым номерам и т. д.

*Варианты:* забрасывать мешочки двумя одной рукой из-за головы, сидя, стоя на коленях.

### **Методика 1. "Рукавички" (Г.А. Цукерман)**

**Цель:** выявление уровня сформированности действий по согласованию усилий в процессе организации и осуществления сотрудничества (кооперация).  
**Оцениваемые универсальные учебные действия:** коммуникативные действия.  
**Метод оценивания:** наблюдение за взаимодействием учащихся, работающих в классе парами, анализ результата.  
**Описание задания:** детям, сидящим парами, дают каждому по одному изображению рукавички и просят украсить их одинаково, т. е. так, чтобы они составили пару. Дети могут сами придумать узор, но сначала им надо договориться между собой, какой узор они будут рисовать. Каждая пара учеников получает изображение рукавичек в виде силуэта (на правую и левую руку) и одинаковые наборы цветных карандашей.

#### **Критерии оценивания:**

- продуктивность совместной деятельности оценивается по степени сходства узоров на рукавичках;
- умение детей договариваться, приходить к общему решению, умение убеждать, аргументировать и т. д.;
- взаимный контроль по ходу выполнения деятельности: замечают ли дети друг у друга отступления от первоначального замысла, как на них реагируют;
- взаимопомощь по ходу рисования;
- эмоциональное отношение к совместной деятельности: позитивное (работают с удовольствием, интересом), нейтральное (взаимодействуют друг с другом по необходимости) или отрицательное (игнорируют друг друга, ссорятся и так далее).

**Уровни оценивания:** 1. Низкий уровень: в узорах преобладают различия или вообще нет сходства. Дети не пытаются договориться, каждый настаивает на своем. 2. Средний уровень: сходство частичное - отдельные

признаки (цвет или форма некоторых деталей) совпадают, но имеются и заметные различия. 3. Высокий уровень: рукавички украшены одинаковым или очень похожим узором. Дети активно обсуждают возможный вариант узора; приходят к согласию относительно способа раскрашивания рукавичек; сравнивают способы действия, координируют и строят совместное действие; следят за реализацией принятого замысла.

## **Методика 2. "Лесенка" (Щур В.Г.)**

**Цель:** определение особенности самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как его оценивают другие люди. **Материалы и оборудование:** бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш. «Ребята, перед вами лежат листочки, на которых нарисована лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя?». В случае затруднений с ответом повторите инструкцию еще раз.

### **Обработка результатов и интерпретация**

При анализе полученных данных следует исходить из следующего:

#### **Ступенька 1 – завышенная самооценка.**

Она чаще всего характерна для первоклассников и является для них возрастной нормой. В беседе дети объясняют свой выбор так: «Я поставлю себя на первую ступеньку, потому что она высокая», «Я самый лучший», «Я себя очень люблю», «Тут стоят самые хорошие ребята, и я тоже хочу быть с ними». Нередко бывает так, что ребенок не может объяснить свой выбор, молчит, улыбается или напряженно думает. Это связано со слабо развитой рефлексией (способностью анализировать свою деятельность и соотносить мнения, переживания и действия с мнениями и оценками окружающих).

#### **Ступенька 2 – адекватная самооценка**

У ребенка сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность: «Я хороший, потому что я помогаю маме», «Я хороший, потому что учусь на одни пятерки, книжки люблю читать», «Я друзьям помогаю, хорошо с ними играю», – и т.д. Это нормальный вариант развития самооценки.

### **Ступенька 3 – заниженная самооценка**

Дети, ставящие себя на четвертую ступеньку, имеют несколько заниженную самооценку. Как правило, это связано с определенной психологической проблемой ученика. В беседе ребенок может о ней рассказать. Например: «Я и ни хороший и ни плохой, потому что я бываю добрым (когда помогаю папе), бываю злым (когда на братика своего кричу)». Здесь налицо проблемы во взаимоотношениях в семье. «Я ни хорошая и ни плохая, потому что пишу плохо буквы, а мама и учительница меня ругают за это». В данном случае разрушены ситуация успеха и положительное отношение школьницы, по меньшей мере к урокам письма; нарушены межличностные отношения со значимыми взрослыми».

### **Ступеньки 4 – низкая самооценка**

Иногда у ребенка ситуативно занижается самооценка. На момент опроса что-то могло произойти: ссора с товарищем, плохая отметка, неудачно наклеенный домик на уроке труда и т.д. И в беседе ученик расскажет об этом. Например: «Я плохой, потому что подрался с Сережей на перемене», «Я плохая, потому что написала диктант на три», – и т.д. В таких случаях, как правило, через день-другой Вы получите от ребенка другой ответ (с положительной самооценкой).

Гораздо серьезнее являются стойкие мотивированные ответы ребят, где красной линией проходит мысль: «Я плохой!» Опасность этой ситуации в том, что низкая самооценка может остаться у ребенка на всю его жизнь, вследствие чего он не только не раскроет своих возможностей, способностей, задатков, но и превратит свою жизнь в череду проблем и неурядиц, следуя своей логике: «Я плохой, значит, я не достоин ничего хорошего».

### **Ступенька 5 – резко заниженная самооценка**

Ребенок, который выбирает самую нижнюю ступеньку, находится в ситуации школьной дезадаптации, личностного и эмоционального неблагополучия. Чтобы отнести себя к «самым плохим ребятам», нужен комплекс негативных, постоянно влияющих на школьника факторов. К несчастью, школа нередко становится одним из таких факторов.

### **Методика 3 «Рисование флажков»**

Ребенку предлагали рассмотреть образец задания - на двойном тетрадном листе с разлиновкой в клеточку нарисованы цветные флажки при соблюдении следующих правил: 1) ножка флажка занимает три клеточки, флажок - две; 2) расстояние между двумя соседними флажками - две клеточки; 3) расстояние между строчками - две клеточки; 4) флажки нарисованы при чередовании красного и зеленого цвета; 5) ножка у флажка коричневая.

Далее ему давали следующую инструкцию: «Смотри, на этом листочке нарисованы цветные флажки. У тебя такой же листок, вот цветные карандаши. Нарисуй на своем листочке точно такие же флажки, как здесь. Посмотри внимательно на мою работу и делай точно так же. Можешь смотреть на нее и во время рисования, я ее убирать не буду. Рисуй до тех пор, пока я не скажу: «Достаточно, положи карандаш». А теперь рисуй!».

По окончании работы, каждому ребенку задавали следующие вопросы: 1) Тебе нравится твоя работа? 2) Почему она тебе нравится (не нравится)? 3) У тебя все получилось так, как здесь нарисовано? 4) Почему ты так считаешь? 5) Расскажи, как надо было рисовать.

В наблюдении за детьми при выполнении задания для определения уровня саморегуляции учитывалась содержательная сторона: ребенок при рисовании переходит на вторую сторону листа, соблюдает расстояние между флажками, флажок равняется заданным параметрам, расстояние между строчек.

### Интерпритация результатов:

1 уровень - легко и полностью справились с заданием

2 уровень - справился с заданием, испытывая некоторые трудности, допустив небольшое количество ошибок (1-2)

3 уровень - справился с заданием, допустив небольшое количество ошибок (3-5)

4 уровень - справился с заданием не в полном объёме, допустил большое количество ошибок (5-7)

5 уровень - не справился с заданием или допустил более семи грубых ошибок.