

РЕФЕРАТ

Структура выпускной квалификационной работы состоит из введения, трех глав, заключения, содержит список литературы из 90 наименований, приложения. Объем работы составляет 118 страниц.

Цель исследования: изучить особенности саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры и разработать психологическую программу по их своевременной коррекции.

Объект исследования: саморегуляция учащихся младшего школьного возраста.

Предмет исследования: психологическая программа развития саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что особенностями саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры являются: недостаточное развитие волевых качеств и эмоциональной устойчивости; противодействие стрессовым воздействиям и ситуативным средовым влияниям или импульсивным влечениям, а так же, способности отстаивать свои убеждения. Разработанная нами психологическая программа, позволит сформировать на уроках физической культуры умения саморегуляции учащихся младшего школьного возраста. При реализации нашей комплексной программы формирование саморегуляции станет более успешной.

Методы исследования:

1) Теоретические методы (анализ научной психологической и психолого-педагогической литературы по проблеме исследования);

2) Эмпирические методы: наблюдение; экспериментальные методы: констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент; психодиагностический метод реализован с помощью вербально-коммуникативного метода (беседа) и с помощью следующих психодиагностических методик: «Метод наблюдения для оценки волевых

качеств» А.И. Высоцкого (1976) [63,с.376]; «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенковой (1983) [82,с.108]; «Диагностика уровня школьной тревожности» Б.Н. Филлипса (1995) [72, с.321].

3) Методы количественного и качественного анализа: метод описательной статистики (процентное соотношение), интерпретационные методы.

Экспериментальная база исследования: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя школа №121, г. Красноярск. В исследовании принимали участие учащиеся младшего школьного возраста, а именно ученики 3 «А» класса в возрасте 9–10 лет. Общий объем экспериментальной группы составил 23 учащихся, из них 14 мальчиков и 9 девочек.

Результаты исследования:

1. Исследование проводилось нами в условиях комплексной психолого – педагогической практики в образовательном учреждении на уроке физической культуры. Проведение трех диагностических методик, направленных на выявление волевого, эмоционального компонентов саморегуляции и компонента регуляции действия испытуемых 3 «А» класса показало нам, что у большинства детей преобладают такие качества как самостоятельность, выдержка и дисциплинированность, так же нужно отметить, что большинство детей в классе имеют высокий уровень саморегуляции. Высокий уровень общей тревожности в школе у испытуемых не был выявлен.

2. Несмотря на положительные результаты большинства испытуемых по эмоциональному и волевому компоненту саморегуляции, а так же компоненту регуляции действия нами были выявлены низкие и средние показатели по трем компонентам саморегуляции младших школьников. Такое волевое качество как самостоятельность наблюдается у 3 человек (13% от класса) на низком уровне, а так же у 5 человек (21,8% от класса) на среднем уровне. Уровень саморегуляции ниже среднего присутствует у 5

человек (21,7% от класса), уровень саморегуляции выше среднего присутствует у 4 человек (17,3% от класса). По фактору страха ситуации проверки знаний мы выявили высокий уровень тревожности у 7 человек (30,4% от класса) и повышенный уровень тревожности у 11 человек (47,8% от класса).

3. После реализации программы развития навыков саморегуляции младших школьников, был проведен формирующий эксперимент на котором проанализировав данные испытуемых 3 «А» класса, по методикам «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» А.И. Высоккий, «Изучение уровня саморегуляции» У.В. Ульенкова, «Диагностика уровня школьной тревожности» Б.Н. Филлипс, мы сумели проверить развитие навыков саморегуляции младших школьников.

Эффективность программы подтверждается успешными результатами сформированности эмоционального и волевого компонентов саморегуляции младших школьников. Следовательно, наша гипотеза оказалась подтверждена, саморегуляция младших школьников стала более успешной при реализации программы ее развития.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что данные исследования позволяют расширить и углубить существующие теоретические представления по проблеме изучения развития саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры. Так же уточнить терминологическую сторону понятия «саморегуляция», теоретически обосновать психологическую программу, разработанную в данном исследовании, расширить знания о специфике формирования саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

Практическая значимость исследования определяется получением качественных и количественных данных по результатам проведенного исследования изучения развития саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры, которые могут быть

полезны учителям и педагогам-психологам. Разработанная в исследовании психологическая программа развития саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры может быть рекомендована психологам, педагогам и другим специалистам, которые работают с исследуемой категории учащихся.

Апробация результатов исследования. Результаты исследования представлены:

ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО МОЛОДОЙ УЧЕНЫЙ». Международный научный журнал «Молодой ученый», №49 (391), декабрь 2021 г. (стр. 329-330), «Современное состояние изучения проблемы саморегуляции учащихся младшего школьного возраста на уроках физической культуры», (автор: Жиделева Ксения Сергеевна). URL: <https://moluch.ru/archive/391/86329/>

ABSTRACT

The structure of the master's thesis: consists of an introduction, three chapters, a conclusion, contains a bibliography of 90 titles, annexes. The volume of work is 118 pages.

The purpose of the research: to study the peculiarities of self-regulation of pupils of primary school age at physical education lessons and to develop a psychological program for their timely correction.

Object: self-regulation of pupils of primary school age.

Subject: psychological program for the development of self-regulation of primary school age students in physical education lessons.

The hypothesis the assumption that the features of self-regulation of primary schoolchildren in physical education lessons are: insufficient development of volitional qualities (independence, endurance, discipline), the level of formation of self-regulation in intellectual activity, as well as the level and nature of anxiety associated with school among students primary school age. The psychological program developed by us will allow to form the ability of self-regulation in students of primary school age. With the implementation of our comprehensive program, the formation of self-regulation will become more successful.

Research methods:

1) Theoretical methods (analysis of scientific psychological and psychological-pedagogical literature on the research problem);

2) Empirical methods: observation; experimental methods: ascertaining, formative and control experiment; the psychodiagnostic method was implemented using the verbal-communicative method (conversation) and with the help of the following psychodiagnostic techniques: "The observation method for assessing volitional qualities" A.I. Vysotsky (1976); "Study of the level of self-regulation" U.V. Ulyenkova (1983); "Diagnostics of the level of school anxiety" B.N. Phillips (1995).

3) Methods of quantitative and qualitative analysis: descriptive statistics method (percentage), interpretation methods.

Experimental base of the research: Municipal autonomous educational institution, secondary school No. 121, Krasnoyarsk. The study involved students of primary school age, namely, students of grade 3 "A" at the age of 9-10 years. The total volume of the experimental group was 23 students, including 14 boys and 9 girls.

Experimental base of the research: Municipal autonomous educational institution, secondary school No. 121, Krasnoyarsk. The study involved students of primary school age, namely, students of grade 3 "A" at the age of 9-10 years. The total volume of the experimental group was 23 students, including 14 boys and 9 girls.

Research results:

1. The research was carried out by us in the conditions of complex psychological and pedagogical practice in an educational institution at a physical culture lesson. Carrying out three diagnostic techniques aimed at identifying the volitional, emotional components of self-regulation and the component of the regulation of the actions of the subjects of the 3rd "A" class showed us that the majority of children are dominated by such qualities as independence, endurance and discipline, it should also be noted that the majority of children in the class have a high level of self-regulation. A high level of general anxiety at school among the subjects was not revealed.

2. Despite the positive results of the majority of the subjects on the emotional and volitional components of self-regulation, as well as on the component of action regulation, we found low and average indicators for the three components of self-regulation of primary schoolchildren. Such a strong-willed quality as independence is observed in 3 people (13% of the class) at a low level, as well as in 5 people (21.8% of the class) at the middle level. The level of self-regulation is below average in 5 people (21.7% of the class), the level of self-regulation is above average in 4 people (17.3% of the class). According to the factor of fear of the situation of knowledge testing, we revealed a high level of

anxiety in 7 people (30.4% of the class) and an increased level of anxiety in 11 people (47.8% of the class).

3. After the implementation of the program for the development of self-regulation skills in younger schoolchildren, a formative experiment was carried out on which, after analyzing the data of the subjects of the 3rd "A" class, according to the methods of "Observation method for assessing volitional qualities" A.I. Vysotsky, "Study of the level of self-regulation" U.V. Ulyenkova, "Diagnostics of the level of school anxiety" by B.N. Phillips, we were able to test the development of self-regulation skills in younger students.

The effectiveness of the program is confirmed by the successful results of the formation of the emotional and volitional components of self-regulation of primary schoolchildren. Consequently, our hypothesis was confirmed, self-regulation of primary schoolchildren became more successful in the implementation of the program of its development.

The theoretical significance of the research consists in the fact that these studies allow expanding and deepening the existing theoretical concepts on the problem of studying the development of self-regulation of primary schoolchildren in physical education lessons. Also, to clarify the terminological side of the concept of "self-regulation", to theoretically substantiate the psychological program developed in this study, to expand knowledge about the specifics of the formation of self-regulation of primary schoolchildren at physical education lessons.

The practical significance of the research is determined by obtaining qualitative and quantitative data based on the results of the study of the study of the development of self-regulation of primary school age students in physical education lessons, which can be useful to teachers and educational psychologists. The psychological program for the development of self-regulation of primary schoolchildren in physical education classes, developed in the study, can be recommended to psychologists, teachers and other specialists who work with the studied category of students.

Approbation of research results: The research results are presented:

LLC "PUBLISHING HOUSE YOUNG SCIENTIST". International scientific journal "Young Scientist", No. 49 (391), December 2021 (pp. 329-330), "The current state of the study of the problem of self-regulation of primary school students in physical education lessons", (author: Zhideleva Ksenia Sergeevna). URL: <https://moluch.ru/archive/391/86329/>