

**Формирование навыка
саморегуляции и
самоконтроля у
школьников с
трудностями обучения**

Аветисян Э.П.,
Южанина Н.М.,
педагоги-психологи
МАОУ СОШ №28 г.ТОМСКА

Качество образовательной системы – это многокомпонентная характеристика, одним из показателей которой являются образовательные результаты обучающихся. Среди обобщенных факторов риска низких результатов образовательной организации можно выделить: низкий кадровый потенциал, дефицит материальных ресурсов, неблагоприятную учебную атмосферу в школе.

Дефициты в работе учителя

Запрос на повышение профессиональной
квалификации в области работы

- со слабоуспевающими обучающимися,
- со школьниками, которые обладают пониженной учебной мотивацией,
- девиантным поведением,
- принадлежат к группе ОВЗ,
- школьники, не владеющие русским языком на уровне носителя.

Снижение уровня
учебной
неуспешности

Повышение
учебной
мотивации
школьников

<https://klex.ru/eup>

Сопровождение интеграции
детей-мигрантов

<https://www.isras.ru/publ.html?id=3007&printmode>

Выстраивание
взаимоотношений
школы с
родителями

ФИОКО Методические рекомендации

Повышение школьного
благополучия
https://psyjournals.ru/files/27577/vestnik_psyobr_2009_3_Dubrovina.pdf

Высокая доля
обучающихся с
инклюзией

<http://www.inclusive-edu.ru/nashi-izdaniya-2/>

Повышение дисциплины в
классе

https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behaviour;
<https://xn--b1aiechzsbakee9j.su/knigi/205-svetlana-krivtsova-uchitel-i-problemy-distsipliny.html>

Целенаправленный сознательный выбор характера и способа действий

Особый уровень программирования деятельности на основе предвидения

Управление своими эмоциями, чувствами, переживаниями

Саморегуляция

«Внутренняя» регуляция поведенческой активности человека

Взаимодействие внешнего и внутреннего в поведении и деятельности человека

Целенаправленное изменение, как отдельных психофизиологических функций, так и нервнопсихических состояний в целом

самоконтроль



Саморегуляция

ЭМПАТИЯ

КРЕАТИВНОСТЬ

ШКОЛЬНИКИ



Направления работы

учителя

родители

Нейропсихологический подход в работе со школьниками, имеющими трудности в обучении

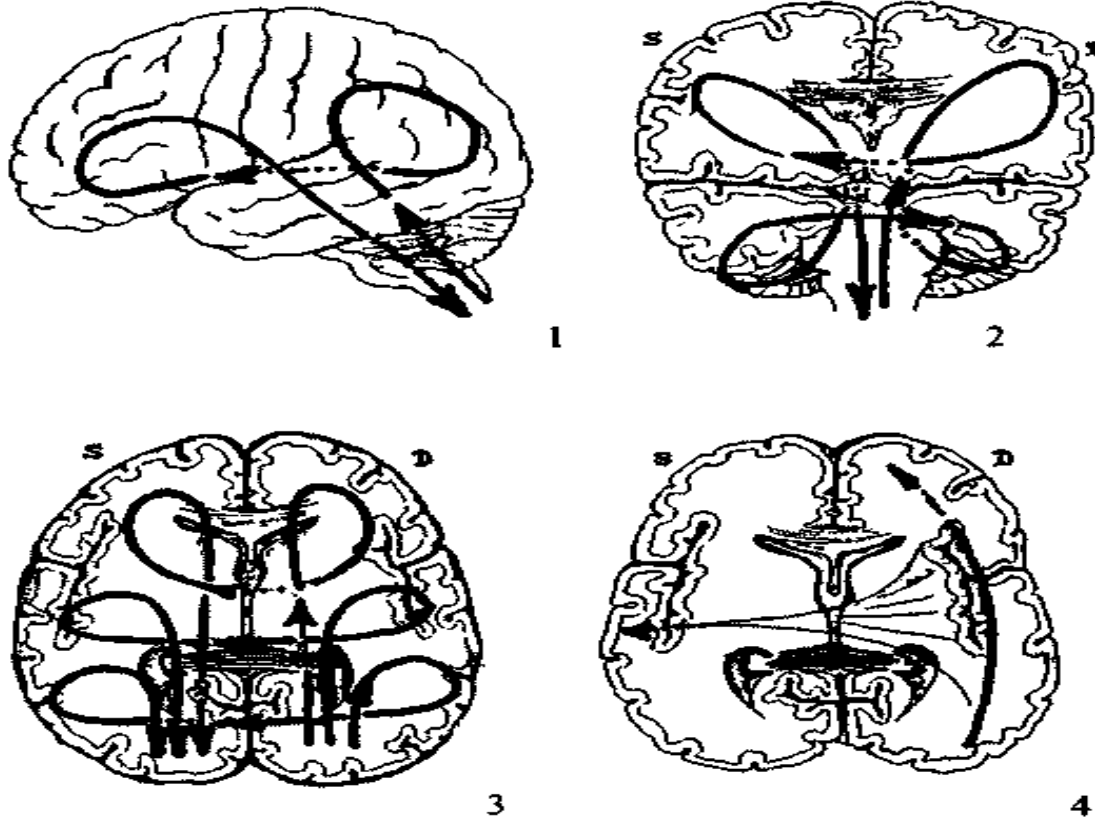
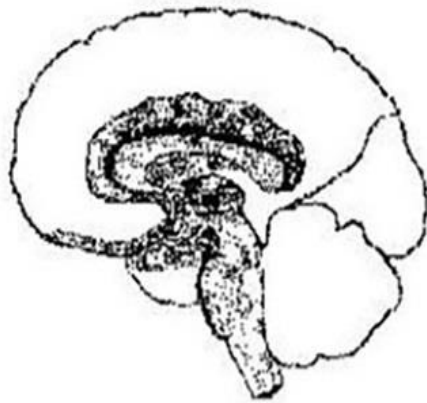
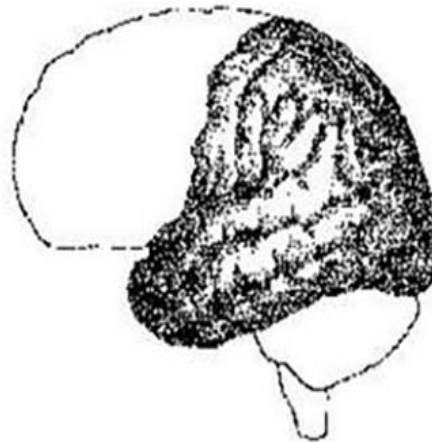


Рис. 12. Формирование подкорково-корковой и межполушарной организации психических процессов в онтогенезе

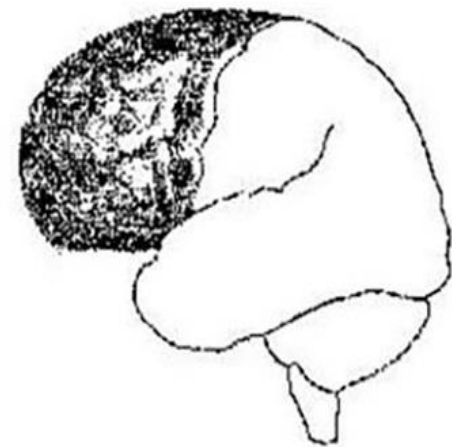
Функциональные блоки мозга



1-й блок — энергетический регулирует общие изменения активации мозга (тонус мозга, необходимый для выполнения любой психической деятельности, уровень бодрствования)



2-й блок — приема, переработки и хранения экстероцептивной информации



3-й блок — программирования, регуляции и контроля за протеканием психической (сознательной) деятельности

Выбор
оптимального
способа
передачи
информации
для
каждого ребёнка

Формирование
учебной
мотивации

Своевременная смена
видов деятельности

Развитие
ВПФ

**Психомоторная
коррекция**

Развитие мелкой и
общей моторики

Формирование
навыков
постановки цели и
следования
инструкции

Коррекция трудностей
в обучении (с целью
автоматизации
навыков, необходимых
для успешного
обучения)

Развитие
коммуникативных
навыков

Структура программ коррекционных занятий по развитию психомоторики :

- Формирование сенсорных эталонов цвета, формы, величины
- Конструирование предметов
- Развитие крупной и мелкой моторики, графо-моторных навыков
- Кинестетическое и кинетическое развитие(Формирование ощущений от статических и динамических движений различных частей тела (верхние и нижние конечности, голова, тело), вербализация ощущений. Игры типа «Зеркало»: копирование поз и движений ведущего. Имитация движений и поз (повадки животных, природные явления).
- Тактильно-двигательное восприятие
- Развитие слухового восприятия и слуховой памяти
- Восприятие пространства
- Развитие зрительного восприятия и зрительной памяти
- Восприятие времени

Мероприятия по психомоторному развитию, основанные на двигательных методах, включают:

- растяжки
- дыхательные и глагодвигательные упражнения
- упражнения для лицевой группы мышц
- перекрестные телесные упражнения
- упражнения для развития мелкой моторики
- упражнения для релаксации.

1. Растяжки.

Растяжки нормализуют гипертонус и гипотонус мышц. Оптимизация тонуса – одна из самых важных задач коррекционно-развивающей работы. Гипотонус связан со снижением психической и двигательной активности, замедленной переключаемостью нервных процессов, эмоциональной вялостью, низкой мотивацией и слабостью волевых усилий.

Гипертонус проявляется в двигательном беспокойстве, эмоциональной лабильности, нарушении сна. Для таких детей характерно отставание в формировании произвольного внимания, дифференцированных двигательных и психических реакций, что придает психомоторному развитию своеобразную неравномерность и может спровоцировать возникновение синдрома дефицита внимания и гиперактивности.

2. Дыхательные упражнения.

Дыхательные упражнения улучшают ритмы, повышают энергетическое обеспечение деятельности мозга, успокаивают, снимают стрессы и т.д.

Умение произвольно контролировать дыхание развивает самоконтроль над поведением, эмоциями, речью, движениями. Эффективны для коррекции поведения детей с гиперактивностью и синдромом дефицита внимания.

Когда дети сознательно контролируют дыхание, у них снимается эмоциональное напряжение, уменьшается чувство тревоги, они способны расслабиться.

Правила, которые нужно соблюдать при выполнении дыхательных упражнений:

Упражнения должны проводиться в четыре фазы: выдох животом – пауза 2-3 с. – вдох животом – пауза 2-3 с.;

Заниматься следует не более 2-3 минут за один прием.

Упражнения можно проводить несколько раз в день.

3. Глазодвигательные упражнения.

Глазодвигательные упражнения расширяют пространство зрительного восприятия. Движение глаз и языка развивают межполушарное взаимодействие и повышают энергетику мозга.

- По 4-м основным и вспомогательным направлениям.
- Слежение за предметом, перемещаемым по воображаемому контуру овала, круга и т. д.
- Рисование перед собой знака бесконечности .

4. Упражнения для лицевой группы мышц(артикуляционная гимнастика).

5. Перекрестные телесные упражнения.

Процесс психического развития детей происходит при условии их высокой двигательной активности. При регулярном выполнении перекрестных движений образуется большое количество нервных волокон, связывающих полушария головного мозга, что способствует развитию высших психических функций, повышает скорость мыслительной деятельности. Например: «Кулак-ребро-ладонь», «Ухо-нос» и др.

6. Развитие мелкой моторики

Развитие мелкой моторики связано с развитием левой височной и левой лобной долей головного мозга, которые отвечают за формирование многих сложнейших психических функций и учебных навыков.

Пальчиковая гимнастика с речевым сопровождением. Обводка и рисование по трафарету. Штриховка в разных направлениях. Синхронность работы обеих рук (шнуровка, нанизывание). Работа с ножницами. Аппликация.

7. Упражнения на релаксацию.

Релаксация может проводиться как в начале занятия – с целью настройки, так и в конце – с целью интеграции приобретенного в ходе занятия опыта.



Игры и саморегуляция

Игра в волшебника

Стройка

Автомобиль

Игра

Сила честности

Живая картина

Скалолазы

Скамья запасных

Восковая фигура

*Зрительные
представления*

*Слуховые
представления*

*Обонятельные
представления*

Упражнения

*Тактильные
представления*

*Кинестетические
представления*

*Вкусовые
представления*

*Синестетические
образы*

Игра

"Сохрани слово в секрете"



Упражнение «Алфавит»



Аа Ёё Вв Гг Дд Ее
Ёё Жж Зз Ии Ый Кк
Лл Мм Нн Оо Пп
Рр Сс Тт Уу Фф
Хх Цц Чч Шш Щщ
Ъъ Ыы Ъь Ээ Юю Яя

О Т К С И А

1 2 3 4 5 6

Н О М Б Д У

1 2 3 4 5 6

А Л С Е О Т

1 2 3 4 5 6

Приёмы формирования самоконтроля на уроках



Модель действия контроля в учебной деятельности школьников

1. Потребность в контроле;
2. Осознание назначения контроля;
3. Умение обнаруживать ошибку (свою, своих товарищей, учителя; самостоятельно, в хорошо знакомых действиях, в новых условиях);
4. Умение объяснить ошибку;
5. Умение критически относиться к контролю со стороны других детей, учителя;
6. Умение исправлять ошибку на основе соотнесения хода и результата действия с заданной схемой действия;
7. Умение осуществлять содержательный контроль, обнаружить ошибки по причине несоответствия способа действия и условий задачи;
8. Умение осуществлять межличностный рефлексивный контроль (реконструировать способ действий товарища);
9. Умение осуществлять проверку;
10. Умение составлять план проверки.

Орфографический
мячик

Приём «Буратино»

Третий лишний

Молчанка

Приемы

Неправильное готовое
решение какой-то
математической задачи

Математический
мячик

Решение задач с
недостающими или
лишними данными

Диктант-игра
«Кто больше запомнит»



1. "Расхождение
рук "

2. "Схождение рук "

3. "Левитация рук/
полет "

**Синхрометод.
Звезда саморегуляции –
Ключ
Хасай Алиев**

4. "Автоколебания
тела "

5. "Движения
головой "

МАОУ СОШ №28

**634009, г. Томск, пр-т
Ленина, д.245**

**Контактные телефоны
и адрес электронной
почты**

**Телефон: (3822) 403-130;
(3822) 404-853.**

Факс: (3822) 403-130;

Адрес сайта:

**[http://www.school28.tomsk](http://www.school28.tomsk.ru)
[.ru](http://www.school28.tomsk.ru)**

**Email: school28@educatio
n70.ru**