

**Бигар Ганна,**  
*доцент кафедри педагогіки та методики початкової освіти  
Чернівецького національного університету імені Юрія  
Федьковича, кандидат педагогічних наук, доцент;*

**Сливчук Тетяна,**  
*студентка групи 410 факультету педагогіки, психології та  
соціальної роботи Чернівецького національного університету  
імені Юрія Федьковича*

## **ФОРМУВАННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ В УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

*У статті узагальнено сутність поняття «саморегуляція», проаналізовано стан досліджуваної проблеми в психолого-педагогічній літературі, розкрито роль саморегуляції в успішності навчальної діяльності учнів молодшого шкільного віку, розкрито особливості та різноманітність засобів, прийомів, форм та методів корекції навичок саморегуляції у молодших школярів*

**Ключові слова:** *саморегуляція, самоконтроль, рефлексія, мотивація.*

**Постановка проблеми.** У рамках пріоритетних завдань нової системи освіти, спрямованої на розвиток особистісного потенціалу школярів під час навчальної діяльності, значна увага приділяється саморегуляції. Цей аспект виступає як засіб зовнішнього впливу на процес навчання, забезпечуючи встановлення взаємозв'язку між результатами навчання та поставленими цілями, і впливаючи на активність учня в навчальному процесі, його свідомість та досягнення позитивних навчальних результатів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У наукову розробку проблеми формування саморегуляції молодших школярів вагомий внесок внесли зарубіжні та вітчизняні педагоги, такі як: І.Бех, М.Боришевський, С.Гончаренко, К.Грядун, А.Дістерверг, В. Жучкова, В. Кузь, С.Максименко, В.Нечипоренко, О. Пенькова, Й.Песталоці, О.Савченко, та ін.

**Мета статті** – обґрунтувати значущість проблеми саморегуляції та основних морально-вольових якостей у досягненні успіху в навчанні молодших школярів.

**Виклад основного матеріалу.** У наш час, в умовах емоційного напруження сучасного суспільства, саморегуляція виступає як значуще психічне явище, яке охоплює всі сфери життєдіяльності особистості. Здатність контролювати свої емоції є необхідною для збереження як фізичного, так і психічного здоров'я людини, що ставить перед нею виклик. Саморегуляція означає вміння регулювати свої емоції, думки, переживання і поведінку. Це також включає в себе здатність особи ініціювати цілеспрямовану активність, яка призводить до досягнення високого рівня результативності в діяльності.

Саморегуляція в учнів молодшого шкільного віку є ключовою навичкою, яка сприяє ефективному навчанню, адаптації в соціальному оточенні та формуванню здорових звичок. Це здатність дитини керувати своїми емоціями, поведінкою та процесами мислення відповідно до внутрішніх цілей або зовнішніх вимог.

Необхідність розвитку саморегуляції стає особливо актуальною в молодшому шкільному віці. Невміння контролювати власну поведінку може виявитися в негативних проявах, зниженні успішності в навчанні та погіршенні психосоматичного здоров'я дітей. За висновками багатьох вчених, саморегуляція формується найефективніше саме в молодшому шкільному віці і тісно пов'язана з уявленнями дітей про себе та їхні можливості, які формуються під впливом взаємодії з дорослими і ровесниками. Дослідження О.Пенькова, вказують на те, що саморегуляція представляє собою комплекс аспектів, які починають активно формуватися ще на початковому етапі шкільного навчання. Ці компоненти включають в себе постановку цілей, свідомість у вчинках, відповідальність за дії, активність і ініціативність, а також відносну незалежність від впливу оточуючих (автономність) або ступінь податливості до виховного впливу [3].

Розвиток саморегуляції в навчальній діяльності розпочинається з формування самоконтролю, який підпорядковується конкретним закономірностям. На початку навчання в школі вміння контролювати себе виступає як самостійна форма діяльності, що є зовнішньою щодо основної мети. Лише з часом, завдяки систематичним і постійним тренуванням у виконанні цієї діяльності, самоконтроль перетворюється у необхідний елемент навчальної діяльності,

вбудований у процес виконання завдань. Коли молодші школярі завершують початковий етап навчання, самоконтроль починає свідомо включатися у складові навчальної діяльності. На цьому віковому етапі у школярів спостерігається тенденція не лише піддавати самоконтролю результати навчання, але й перевіряти свої дії під час виконання завдань [3, с.57].

Як ключовий елемент саморегуляції, самоконтроль стає необхідним компонентом у процесі навчання, встановлюючи взаємозв'язок між досягнутими навчальними результатами та їх поставленими цілями. Він впливає на активність учня в навчальному процесі, його усвідомленість дій і досягнення позитивних навчальних результатів. Самоконтроль потребує систематичного формування, особливо з молодшого шкільного віку.

Розвиток саморегуляції представляє собою один із ключових аспектів розвитку дитини. Цей процес включає складні механізми, що дозволяють дітям адаптуватися до навколишнього середовища, вчитися оцінювати інформацію, яку вони отримують, і порівнювати цю інформацію з власними знаннями. Дитина вчиться застосовувати саморегуляцію для визначення, якою реакцією слід скористатися, використовуючи певну систему.

Саморегуляція виявляється ключовим елементом успіху молодших школярів у навчальній діяльності. Під час навчання діти формують дві основні психологічні властивості: довільність психічних процесів і внутрішній план дій. Довільність у мисленні, увазі, запам'ятовуванні та відтворенні сприяє здатності діяти організовано, враховуючи поставлені завдання, і веде до регуляції власної поведінки та психічних процесів. Це дозволяє дитині використовувати матеріал вибірково та встановлювати змістові зв'язки. Довільність внутрішнього плану дій сприяє самоорганізації їх власної діяльності. Завдання вчителя полягає в тому, щоб надати учням впевненість у тому, що вони можуть і будуть розуміти та засвоювати предмет навчання. Це досягається через організацію уроків таким чином, щоб учні відчували свої досягнення, переживали успіхи, навіть якщо вони невеликі, що сприяє їхньому поступовому просуванню вперед.

Результати досліджень В.Нечипоренко свідчать, що «чим вищий рівень усвідомленої саморегуляції у дитини, тим більше можливостей вона має для освоєння нових видів діяльності та розширення спектру дій, які може вона вивчати» [1].

Розвиток навичок організації та формування організаційних вмінь і навичок в учнів мають ключове значення для саморегуляції в навчальній діяльності. Ці елементи виступають як система індивідуальних методів навчання, які визначаються особливостями рефлексивного аналізу [1, с.150].

Ще одним важливим елементом саморегуляції в навчальній діяльності є рефлексія, що представляє собою здатність суб'єкта визначати, аналізувати і порівнювати свої методи діяльності з конкретною ситуацією. У молодших школярів вона виступає як психічний процес, що формується. Рефлексія включає в себе порівняння умов і цілей дії, формулювання поетапного планування, а також аналіз та обробка отриманої інформації.

Основне завдання початкової школи для учнів молодшого шкільного віку полягає в формуванні психологічного механізму, який у майбутньому сприятиме їхній самореалізації та саморозвитку. Мета полягає в тому, щоб пізнавальна потреба залишалася протягом усього життя і сприяла особистій регуляції, корекції та особистісному зростанню. Також важливим є розвиток у дітей молодшого шкільного віку таких якостей особистості, які стануть необхідними для життя в нових умовах суспільства, зокрема: організованість, відповідальність, ініціативність, самостійність. Ці якості можливі лише при наявності високого рівня саморегуляції.

Порушення саморегуляції виражається у неспроможності організувати свої розумові дії. Тому психолог, логопед і вчитель повинні використовувати різноманітні форми, методи та прийоми для корекції цього явища. Один із засобів, що розвиває саморегуляцію – це порівняння об'єктів, що вивчаються. Кожен урок повинен включати роботу у формі ігор, спрямованих на активізацію психічних процесів, розвиток розумових здібностей та тренування пам'яті та мислення у дітей. Розвивальні ігри сприяють кращому засвоєнню та закріпленню здобутих знань, а також виховують у дітей, які мають низьку інтелектуальну активність, уважність.

Для ефективного організування процесу розвитку навичок саморегуляції у молодших школярів також важливо враховувати, що заняття повинні мати чітку структуру, враховувати психоемоційні навантаження та вікові особливості. Крім того, вони повинні включати різноманітні види діяльності.

Основними аспектами саморегуляції є:

- емоційна саморегуляція, що передбачає здатність контролювати свої емоційні реакції, заспокоюватися після збудження або розчарування, виражати свої почуття адекватним способом;

- поведінкова саморегуляція має здатність пригнічувати імпульсивні дії, дотримуватися правил і інструкцій, організовувати свій час та ресурси для виконання завдань.

- когнітивна саморегуляція Вміння планувати, встановлювати цілі, моніторити власний прогрес у навчанні та коригувати дії відповідно до отриманих результатів.

Через різноманітні стратегії та методи, включаючи навчання через гру, встановлення чітких правил та очікувань, застосування технік самоконтролю, моделювання позитивної поведінки дорослими, та залучення дітей до процесу самооцінки та рефлексії, можна значно підвищити рівень саморегуляції серед молодших школярів.

Розвиток саморегуляції у молодшому шкільному віці є фундаментальним для формування особистості, успішної адаптації в соціумі та досягнення академічних успіхів. Різноманітність всіх видів діяльності, які засвоює молодший школяр, сприяє формуванню важливого аспекту особистісного розвитку – здатність до вольового регулювання поведінки та діяльності, уміння самостійно контролювати свої дії.

Тому важливо у період молодшого шкільного віку вчити ефективного керування своїми почуттями, емоціями, навчальними діями та поведінкою. Важливо, щоб батьки та вчителі активно працювали над розвитком цих навичок у дітей, створюючи сприятливе середовище для їх зростання та розвитку. Розвиток саморегуляції не лише сприяє академічному успіху, але й формує основу для здорових соціальних взаємодій та психологічної стійкості. Такий інтегрований підхід не тільки сприятиме кращій адаптації дитини в шкільному середовищі, але й покладе міцний фундамент для її майбутнього життя та успіху.

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** Аналіз досліджень, проведених різними вченими дає можливість узагальнити, що розвиток навичок саморегуляції визначає організацію навчальної діяльності учнів, наділяючи їх здатністю самостійно виконувати завдання, проводити самоконтроль та самооцінку результатів. Водночас, цей процес закладає основи ключових вмінь самостійного навчання, що є важливими

завданнями в сучасній освіті. Таким чином, проблема формування саморегуляції та навичок самоконтролю в навчально-пізнавальній діяльності учнів є суттєвою і відповідає потребам сучасності.

Подальші дослідження з цього питання спрямуються на створення конкретних прийомів, методів та засобів для ефективного розвитку саморегуляції учнів у навчально-пізнавальній діяльності. Основною метою цих подальших досліджень є формування в учнів стійких умінь та навичок самоконтролю.

### **Список використаних джерел і літератури:**

1. Грядун К.С., Нечипоренко В.В. Особливості саморегуляції емоцій дітей молодшого шкільного віку. Соціальна та життєва практика в структурі професійної підготовки: теорія і практика: збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції (17 травня 2018 року, м. Запоріжжя) / За заг. ред. В. В. Нечипоренко. – Запоріжжя: Вид-во Хортицької національної академії, 2018. С. 258-260.

2. Поняття саморегуляції. Способи саморегуляції URL : <https://sumyghospital.lic.org.ua/novyny-2/poniattia-samorehuliatcii-sposobysamorehuliatcii/>

3. Пенькова, О.І. Проблема саморегуляції особистості: ціннісний аспект. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2016. Вип. 2(1). С. 114-118.

4. Жучкова В. Форми, методи та прийоми корекції навичок саморегуляції у молодших школярів. *Молодий вчений*, 2021, 11 (99): 164-167.

### Секція 3

*Використання сучасних педагогічних технологій, активних методів та форм роботи в освітньому процесі Нової української школи*

**Самолук Інна,**  
*викладач кафедри педагогіки Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії;*

**Щурова Крістіна,**  
*студентка групи ПО-31б Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії*

## **ТЕХНОЛОГІЯ ПРОБЛЕМНОГО НАВЧАННЯ В ПРАКТИЦІ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ**

*У статті уточнено сутність поняття «технології», «проблемне навчання», «технології проблемного навчання», висвітлено основні класифікації технології проблемного навчання, наведено приклади використання технології проблемного навчання з досвіду роботи вчителів початкових класів.*

**Ключові слова:** *технології, проблемне навчання, технології проблемного навчання, початкова освіта.*

**Постановка проблеми.** Важливим завданням у початковій школі є впровадження технологій проблемного навчання. Відповідно до Концепції Нової української школи визначають нові вимоги до змісту, умов і результатів освітнього процесу, які практично неможливо досягти, використовуючи лише традиційні методи навчання. Тож, одним із способів вирішення даної проблеми стало впровадження в освітній процес Нової української школи активних навчальних технологій – спеціальної форми організації пізнавальної та комунікативної діяльності, в якій здобувачі освіти активно залучаються до навчального процесу [3].

У зв'язку з цим особливого значення набуває проблема технологія проблемного навчання в практиці діяльності початкової освіти.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У наукову розробку проблеми розробки та реалізації технології проблемного