



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУРГГПУ»)

ФАКУЛЬТЕТ ДОШКОЛЬНОГО, НАЧАЛЬНОГО И КОРРЕКЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ
КАФЕДРА ТЕОРИИ, МЕТОДИКИ И МЕНЕДЖМЕНТА НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Формирование волевой саморегуляции у младших школьников во
внеурочной деятельности**

**Выпускная квалификационная работа по направлению
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)**

Направленность программы бакалавриата

**«Начальное образование. Управление начальным образованием»
Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

87,49 % авторского текста

Работа рекомендована к защите

« 14 » мая 20 26 г.

Зав. кафедрой ТМиМНО

[подпись] Волчегорская Евгения Юрьевна

Выполнила:

Студентка группы ОФ-521-271-5-1

Деришева Ольга Александровна

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

[подпись] Гольцева Юлия Валерьевна

Челябинск

2026

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
ГЛАВА 1. Теоретические аспекты формирования волевой саморегуляции у младших школьников.....	8
1.1 Проблема формирования волевой саморегуляции в психолого-педагогической науке.....	8
1.2 Возрастные особенности волевой саморегуляции у младших школьников.....	19
1.3. Деятельность педагога по формированию волевой саморегуляции младших школьников во внеурочной деятельности.....	29
Выводы по первой главе.....	39
ГЛАВА 2. Практические аспекты формирования волевой саморегуляции у младших школьников.....	42
2.1 Организация, методы и результаты изучения уровня сформированности волевой саморегуляции младших школьников.....	42
2.2. Программа внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции младших школьников.....	55
Выводы по второй главе.....	71
Заключение.....	75
Список используемых источников.....	78
Приложение А.....	80
Приложение Б.....	82
Приложение В.....	86

ВВЕДЕНИЕ

Современное начальное образование ориентировано не только на усвоение обучающимися системы предметных знаний, но и на развитие у них способности самостоятельно организовывать собственную деятельность, принимать учебные задачи, планировать способы их решения и контролировать результаты своей работы. В связи с этим особое значение в образовательном процессе приобретает формирование регулятивной сферы личности младшего школьника, обеспечивающей его готовность к осознанному и целенаправленному управлению собственным поведением в учебной и внеучебной деятельности.

В структуре регулятивных универсальных учебных действий особое место занимает волевая саморегуляция, выступающая психологической основой процессов целеполагания, планирования, контроля, коррекции и оценки собственной деятельности. Сформированность данного качества позволяет ребенку сохранять направленность на достижение поставленной цели, преодолевать возникающие затруднения, контролировать свои действия и доводить начатую деятельность до логического завершения даже в условиях отвлекающих факторов и снижения непосредственного интереса к выполняемой задаче.

Значимость формирования волевой саморегуляции особенно возрастает в младшем школьном возрасте, поскольку именно данный период связан с переходом ребенка к новой социальной позиции и включением его в систему учебной деятельности, предъявляющей повышенные требования к уровню произвольной организации поведения. Освоение роли ученика предполагает способность действовать по правилу, следовать инструкции, удерживать учебную задачу, планировать последовательность действий, осуществлять самоконтроль и преодолевать трудности, возникающие в процессе выполнения задания. От степени сформированности указанных умений во многом зависят успешность

обучения, характер школьной адаптации, особенности взаимодействия со сверстниками и взрослыми, а также эмоциональное благополучие ребенка в образовательной среде.

При этом развитие волевой саморегуляции младших школьников не происходит стихийно и требует специально организованного педагогического сопровождения. Значительными возможностями для решения данной задачи обладает внеурочная деятельность, которая благодаря вариативности содержания, практической направленности, большей свободе организации и возможности включения детей в разнообразные формы совместной активности создает благоприятные условия для развития самостоятельности, ответственности, инициативности и способности к осознанному управлению собственной деятельностью. В процессе внеурочной деятельности обучающиеся получают возможность включаться в ситуации, требующие постановки цели, распределения действий, принятия решений, преодоления затруднений и оценки достигнутого результата, что делает данную форму работы значимым ресурсом формирования волевой саморегуляции.

Актуальность настоящего исследования определяется следующими обстоятельствами:

- ~ возрастанием требований современной системы начального общего образования к уровню сформированности регулятивных универсальных учебных действий обучающихся,

- ~ необходимостью развития у младших школьников способности к осознанной регуляции поведения и деятельности как условия успешного обучения и социализации,

- ~ недостаточной разработанностью практико-ориентированных программ внеурочной деятельности, направленных на целенаправленное формирование волевой саморегуляции у обучающихся младшего школьного возраста.

На основании выявленной актуальности сформулирована проблема исследования: каковы методы и организационные формы внеурочной деятельности, обеспечивающие целенаправленное формирование волевой саморегуляции у младших школьников?

Цель исследования – теоретически изучить проблему формирования волевой саморегуляции младших школьников во внеурочной деятельности для разработки программы внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции младших школьников.

Объект исследования – формирование регулятивных универсальных учебных действий у младших школьников.

Предмет исследования – формирование волевой саморегуляции у младших школьников.

В соответствии с целью и объектом определены следующие задачи исследования:

1. Проанализировать проблему формирования волевой саморегуляции в психолого-педагогических исследованиях.
2. Изучить возрастные особенности волевой саморегуляции у младших школьников.
3. Изучить деятельность педагога по формированию волевой саморегуляции младших школьников во внеурочной деятельности.
4. Выявить уровень сформированности волевой саморегуляции у младших школьников.
5. Разработать программу внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции у младших школьников.

Методы исследования:

- ~ теоретические: анализ психолого-педагогической литературы,
- ~ эмпирические: графический диктант (Д. Б. Эльконин), корректурная проба (Б. Бурдон), анкетирование (авторская анкета);
- ~ методы обработки данных: качественный анализ результатов.

Методологическую основу исследования составили:

~ культурно-историческая теория Л. С. Выготского,
~ деятельностный подход А. Н. Леонтьева и С. Л. Рубинштейна,
~ теория учебной деятельности Д. Б. Эльконина и В. В. Давыдова,
~ современные концепции саморегуляции О. А. Конопкина и А.
К. Осницкого.

База исследования: одна из СОШ г. Челябинска; в работе приняли участие учащиеся одного класса (общая выборка N = 23 человек).

Практическая значимость состоит в том, что разработанная программа внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции у младших школьников может быть использована в работе учителей начальных классов.

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, выводов по главам, заключения, 5 таблиц, 1 рисунка, списка использованных источников в количестве 2 страниц и приложений в количестве 12 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

1.1 Проблема формирования волевой саморегуляции в психолого-педагогической науке

Проблема волевой саморегуляции занимает значимое место в психолого-педагогической науке и рассматривается в работах как отечественных, так и зарубежных исследователей. Существенный вклад в разработку данной проблематики внесли Л. С. Выготский, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн, Д. Б. Эльконин, В. В. Давыдов, рассматривавшие волю и саморегуляцию как важнейшие механизмы организации деятельности и поведения человека [4, 5, 6, 7, 8].

Интерес к изучению волевой саморегуляции обусловлен тем, что данное явление находится на пересечении сразу нескольких направлений психологического и педагогического знания. С одной стороны, оно связано с исследованием воли как личностного механизма преодоления затруднений и достижения цели. С другой стороны, проблема волевой саморегуляции тесно соприкасается с изучением произвольности психических процессов, саморегуляции деятельности и поведения, а также с поиском педагогических средств, способствующих развитию у ребёнка способности осознанно управлять собственными действиями.

Актуальность обращения к данной проблеме усиливается в условиях современной образовательной практики. Современная школа ориентирована не только на передачу обучающимся системы знаний, но и на формирование личности, способной к самостоятельной организации собственной деятельности. В этой связи особую значимость приобретает развитие у младшего школьника умений ставить цель, принимать и удерживать учебную задачу, контролировать процесс выполнения деятельности, соотносить результат с образцом, исправлять допущенные

ошибки и доводить начатое до завершения. Фактически речь идет о формировании внутренней регулятивной основы учебного поведения.

При рассмотрении данной проблемы необходимо учитывать, что в научной литературе понятия «воля», «самоконтроль», «произвольность», «саморегуляция» и «волевая саморегуляция» тесно взаимосвязаны, однако не являются тождественными. Их разграничение имеет принципиальное значение для корректного понимания сущности исследуемого феномена. Так, самоконтроль чаще рассматривается как действие проверки и сопоставления результата либо способа действия с заданным образцом. Произвольность характеризует способность человека подчинять собственные психические процессы и поведение осознанной цели. Саморегуляция, в свою очередь, представляет собой более широкий феномен, включающий постановку цели, планирование, программирование действий, контроль, коррекцию и оценку результата деятельности. Волевая саморегуляция отражает тот аспект регуляции, который связан с необходимостью внутреннего усилия, преодоления препятствий, подавления ситуативных побуждений и подчинения поведения более значимым целям и требованиям.

В отечественной психологии проблема воли и произвольной регуляции традиционно рассматривалась как один из ключевых вопросов развития личности. При этом воля понималась не как изолированное качество личности, а как сложное системное образование, проявляющееся в сознательной организации поведения человека. В рамках данного подхода особое значение приобретают представления о том, что волевое поведение проявляется не в абстрактном усилии, а в способности личности последовательно реализовывать поставленную цель, несмотря на возникающие трудности и отвлекающие факторы.

Для педагогической науки данное положение имеет принципиальное значение, поскольку позволяет рассматривать развитие волевой саморегуляции не как формирование отдельного личностного качества, а

как организацию образовательного процесса таким образом, при котором ребёнок получает возможность учиться принимать решения, следовать намеченному плану, контролировать собственные действия и нести ответственность за результат своей деятельности.

В отечественной психолого-педагогической традиции неоднократно подчеркивалось, что способность ребенка к управлению собственным поведением не формируется спонтанно и не возникает автоматически по мере взросления. Развитие навыков саморегуляции обусловлено включением ребенка в различные виды деятельности, системой социальных отношений, а также характером педагогического взаимодействия. Формирование умения контролировать себя, соотносить результат своей деятельности с предъявляемыми требованиями, исправлять ошибки и доводить начатое до завершения рассматривается как результат специально организованного воспитательно-образовательного процесса.

Подобные идеи получили дальнейшее развитие в теориях произвольности поведения, учебной деятельности и осознанной саморегуляции, где акцент был сделан на активной роли образовательной среды в становлении механизмов самоуправления. В рамках данных подходов способность к волевой регуляции понимается не как врожденное качество личности, а как формирующееся психическое образование, требующее последовательного педагогического сопровождения.

Особое значение для понимания природы волевой саморегуляции имеет культурно-исторический подход, согласно которому произвольные формы поведения относятся к числу высших психических функций и имеют социальное происхождение. Л. С. Выготский указывал, что ребёнок не обладает готовыми механизмами осознанной регуляции поведения с рождения; данные механизмы складываются в процессе усвоения общественно выработанных способов действия, норм, правил и знаковых средств организации деятельности [4].

Первоначально управление поведением ребенка осуществляется извне – посредством требований, инструкций, оценок и речевого сопровождения со стороны взрослого. Однако в дальнейшем внешние способы регуляции постепенно интериоризируются и преобразуются во внутренние механизмы самоконтроля и самоуправления. Данное положение имеет принципиальное значение для исследования волевой саморегуляции, поскольку позволяет рассматривать её как качество, формирование которого возможно в условиях специально организованного педагогического воздействия.

Развивая идеи Л. С. Выготского, представители деятельностного подхода А. Н. Леонтьев и С. Л. Рубинштейн рассматривали саморегуляцию как обязательный компонент любой сознательной деятельности человека [5; 6]. По их мнению, способность к регуляции поведения развивается по мере усложнения деятельности и овладения субъектом средствами ее внутренней организации.

Важным механизмом данного процесса выступает речь как средство программирования и контроля собственной активности. На начальных этапах ребенок подчиняет свои действия слову взрослого, затем начинает использовать внешнюю речь для организации собственной деятельности, а позднее осваивает внутреннюю речь как инструмент самонаправления и самоконтроля. В связи с этим многие проявления недостаточной волевой регуляции у младших школьников могут быть обусловлены не только слабой мотивацией, но и недостаточным освоением способов речевого программирования собственной деятельности. Это проявляется в неумении проговаривать цель, выстраивать последовательность действий, фиксировать правила выполнения задания, анализировать допущенные ошибки и своевременно корректировать собственное поведение.

Существенное значение для анализа проблемы волевой саморегуляции имеет деятельностный подход, в рамках которого саморегуляция рассматривается как неотъемлемая характеристика

сознательной деятельности человека. В соответствии с данным подходом любая деятельность включает мотив, цель, действия, операции и результат, однако ее успешность во многом определяется наличием регулятивного компонента, обеспечивающего согласование цели с реально осуществляемыми действиями.

В этом контексте волевое усилие выступает как механизм, позволяющий субъекту удерживать деятельность в соответствии с поставленной целью даже в условиях отвлекающих факторов, утомления, снижения интереса или необходимости преодолевать внутренние затруднения. Следовательно, волевая саморегуляция может рассматриваться не как внешнее дополнение к деятельности, а как внутреннее условие ее устойчивости, осознанности и результативности.

Значимые основания для понимания сущности волевой саморегуляции младшего школьника содержатся и в теории учебной деятельности. Учебная деятельность предъявляет к ребёнку принципиально новые требования, связанные с переходом от ситуативно-эмоционального поведения к осознанной организации собственной активности. Если в дошкольном возрасте действия ребенка во многом определяются непосредственным интересом и актуальными желаниями, то в условиях школьного обучения он сталкивается с необходимостью принимать учебную задачу, ориентироваться не только на конечный результат, но и на способ выполнения действия, контролировать процесс работы и оценивать ее итоги.

Именно в рамках учебной деятельности формируется способность подчинять импульсивные реакции требованиям учебной ситуации и действовать в соответствии с поставленной задачей. В связи с этим регулятивные действия – целеполагание, планирование, контроль, коррекция и оценка – выступают не только показателем учебной успешности, но и важнейшей основой формирования волевой саморегуляции младшего школьника.

Современное понимание структуры саморегуляции деятельности представлено в работах О. А. Конопкина и А. К. Осницкого, рассматривающих саморегуляцию как целостную систему взаимосвязанных процессов, обеспечивающих организацию и управление деятельностью субъекта [9, 10]. В структуру данной системы включаются принятие цели, моделирование значимых условий деятельности, программирование действий, контроль процесса выполнения, оценка достигнутого результата и последующая коррекция поведения.

С учетом обозначенных положений волевою саморегуляцию целесообразно рассматривать как интегративное свойство личности, обеспечивающее сознательную организацию поведения и деятельности на основе принятых целей, норм и правил, а также мобилизацию внутренних ресурсов, необходимых для преодоления препятствий и достижения значимого результата.

В психолого-педагогической литературе волевая саморегуляция нередко раскрывается через анализ ее внешних проявлений. К числу наиболее значимых из них исследователи относят целеустремленность, настойчивость, выдержку, организованность, дисциплинированность, самостоятельность, ответственность, способность сдерживать импульсивные реакции, доводить начатое дело до завершения и преодолевать возникающие трудности без отказа от деятельности.

Вместе с тем перечисленные качества не следует рассматривать как изолированные характеристики личности. Они образуют целостную систему взаимосвязанных проявлений, в которой устойчивость поведения обеспечивается осознанностью цели, а сама цель поддерживается личностным отношением ребенка к выполняемой деятельности. Иными словами, волевая саморегуляция представляет собой не совокупность отдельных качеств, а интегративное образование, объединяющее мотивационные, когнитивные и поведенческие аспекты регуляции деятельности.

Существенное значение для анализа рассматриваемой проблемы имеет вопрос о соотношении понятий «волевая саморегуляция» и «самоконтроль». В психолого-педагогической литературе самоконтроль, как правило, определяется как система действий, направленных на проверку правильности выполнения деятельности, выявление ошибок и их последующее исправление. При этом волевая саморегуляция включает в себя самоконтроль, но не исчерпывается им.

Если самоконтроль преимущественно связан с функцией проверки и коррекции выполняемых действий, то волевая саморегуляция охватывает весь процесс сознательного управления собственной деятельностью: от принятия цели и планирования до удержания усилия, преодоления препятствий и достижения результата. Таким образом, самоконтроль может рассматриваться как один из структурных механизмов волевой саморегуляции.

Данное разграничение имеет принципиальное значение для настоящего исследования. Это обусловлено тем, что в ранее выполненных курсовых работах основное внимание уделялось преимущественно формированию самоконтроля как отдельного регулятивного действия, тогда как в рамках настоящего исследования объектом анализа выступает более широкое психолого-педагогическое образование – волевая саморегуляция младшего школьника.

Вместе с тем обращение к исследованиям самоконтроля представляется методологически обоснованным, поскольку именно развитие навыков контроля и самопроверки создает основу для становления более сложных механизмов саморегуляции. В процессе обучения проверке собственных действий, исправлению ошибок и соотнесению результата с заданным образцом ребёнок осваивает практические способы управления собственной деятельностью, что способствует формированию ответственности за процесс и результат работы и создает предпосылки для развития волевой сферы в целом.

Особую актуальность проблема формирования волевой саморегуляции приобретает в условиях реализации современных требований к результатам начального общего образования. Федеральные образовательные стандарты ориентируют педагога не только на формирование предметных знаний, но и на развитие универсальных учебных действий, среди которых ключевое место занимают регулятивные. От обучающегося требуется умение определять цель деятельности, планировать способы ее достижения, осуществлять контроль и оценку собственных действий, а также своевременно вносить необходимые коррективы. По существу, данные требования отражают педагогически значимые проявления волевой саморегуляции, что позволяет рассматривать развитие данного качества как одну из приоритетных задач современного образовательного процесса.

В связи с этим для психолого-педагогической науки особое значение приобретает вопрос о структуре волевой саморегуляции. В обобщенном виде в ее составе могут быть выделены несколько взаимосвязанных компонентов.

Первый компонент – мотивационно-целевой. Он отражает способность субъекта принимать цель деятельности, осознавать ее значение и подчинять собственное поведение достижению поставленного результата. Именно наличие внутренне принятой цели обеспечивает устойчивость деятельности и придает волевому усилию личностный смысл. При недостаточной сформированности данного компонента деятельность нередко приобретает формальный характер и быстро утрачивает направленность при возникновении затруднений.

Второй компонент – когнитивно-планирующий, включающий понимание условий деятельности, умение выделять последовательность необходимых действий, прогнозировать возможные трудности и подбирать способы достижения результата. Сформированность данного компонента позволяет ребёнку действовать не ситуативно, а на основе

предварительного осмысления предстоящей деятельности. При отсутствии навыков планирования поведение младшего школьника становится преимущественно реактивным и во многом зависит от внешних обстоятельств.

Третий компонент – операционально-контрольный, связанный со способностью осуществлять текущий контроль за процессом деятельности, выявлять отклонения от намеченного способа действия, сопоставлять промежуточные и итоговые результаты с заданным образцом и своевременно вносить необходимые коррективы. В рамках данного компонента наиболее отчетливо проявляется взаимосвязь волевой саморегуляции с навыками самоконтроля.

Четвертый компонент – эмоционально-волевой, обеспечивающий устойчивость поведения в ситуации затруднения. Он проявляется в способности преодолевать утомление, сохранять активность при возникновении неудач, сдерживать импульсивные реакции, противостоять отвлекающим воздействиям и продолжать деятельность в условиях необходимости волевого усилия.

Пятый компонент – рефлексивно-оценочный, предполагающий способность анализировать собственные действия, выявлять причины успехов и затруднений, оценивать результат деятельности и переносить освоенные способы саморегуляции в новые условия. Формирование данного компонента обеспечивает развитие осознанного отношения ребёнка к собственной деятельности и создает основу для дальнейшего совершенствования механизмов саморегуляции.

Представленная структура позволяет сделать вывод о комплексном характере волевой саморегуляции. Ее развитие не может быть обеспечено посредством отдельных упражнений, направленных исключительно на дисциплинирование поведения. Формирование волевой саморегуляции требует системной педагогической работы, включающей развитие учебной мотивации, обучение способам планирования и контроля деятельности,

формирование рефлексивных умений, создание ситуаций преодоления трудностей и последовательную поддержку самостоятельности ребенка.

Существенное значение для педагогической практики имеет также определение критериев сформированности волевой саморегуляции. В качестве основных показателей могут рассматриваться способность ребенка принимать и удерживать цель деятельности, действовать в соответствии с инструкцией и установленным правилом, планировать последовательность собственных действий, сохранять устойчивость внимания и поведения в процессе работы, осуществлять самопроверку и исправление ошибок, доводить начатую деятельность до завершения, адекватно оценивать результаты собственной работы, проявлять настойчивость в ситуации затруднения и регулировать эмоциональные реакции в условиях совместной деятельности.

Выраженность указанных показателей позволяет судить об уровне сформированности волевой саморегуляции у младших школьников и может использоваться в качестве основы для построения диагностического инструментария и последующей организации развивающей работы.

Следует отметить, что в педагогической практике нередко встречается упрощенное понимание проблемы волевой саморегуляции, при котором она фактически отождествляется с дисциплинированностью или внешне организованным послушанием. Однако внешне упорядоченное и «удобное» поведение ребёнка само по себе еще не свидетельствует о сформированности внутренних механизмов саморегуляции. Обучающийся может демонстрировать подчинение требованиям взрослого в ситуации внешнего контроля, но испытывать значительные затруднения в условиях необходимости самостоятельного выбора и организации собственной деятельности.

Подлинное развитие волевой саморегуляции проявляется в постепенном переходе ребёнка от внешне задаваемого контроля к внутренней регуляции поведения, от формального выполнения

предъявляемых требований – к осознанному принятию правил деятельности, от ситуативных реакций – к целенаправленному и устойчивому поведению. Именно данный переход отражает становление способности личности к самостоятельному управлению собственной деятельностью.

Таким образом, проведенный анализ психолого-педагогической литературы позволяет сделать вывод о том, что проблема волевой саморегуляции носит междисциплинарный характер и рассматривается на стыке общей, возрастной и педагогической психологии, а также педагогики. В центре внимания исследователей находятся вопросы социальной обусловленности произвольного поведения, деятельностных механизмов саморегуляции, возрастных предпосылок ее формирования и педагогических условий, обеспечивающих овладение ребенком способами сознательной организации собственной деятельности.

В рамках настоящего исследования волевая саморегуляция понимается как интегративное личностное образование, обеспечивающее осознанную организацию поведения и деятельности младшего школьника и проявляющееся в способности принимать цель деятельности, планировать способы ее достижения, контролировать и корректировать собственные действия, преодолевать возникающие трудности и доводить начатую деятельность до результата.

Представленное понимание сущности волевой саморегуляции создает теоретическую основу для дальнейшего рассмотрения возрастных особенностей ее формирования у младших школьников и анализа возможностей ее развития в условиях внеурочной деятельности.

1.2 Возрастные особенности волевой саморегуляции у младших школьников

Младший школьный возраст традиционно рассматривается как один из ключевых этапов в развитии произвольной регуляции поведения и деятельности. Поступление ребенка в школу связано не только с изменением его социальной позиции, но и с качественным усложнением требований, предъявляемых к нему со стороны образовательной среды и взрослых. Если на предшествующих этапах развития поведение ребенка во многом определялось непосредственными впечатлениями, эмоциональной привлекательностью ситуации и внешней организацией деятельности со стороны взрослого, то в условиях школьного обучения от него требуется способность подчинять собственные действия правилам, инструкциям и учебной задаче.

В начальной школе ребенок сталкивается с необходимостью удерживать внимание на протяжении определенного времени, подавлять импульсивные реакции, соблюдать установленный порядок действий, планировать последовательность выполнения задания и контролировать получаемый результат. В связи с этим школьное обучение выступает объективным фактором, стимулирующим развитие волевой саморегуляции.

Возрастные особенности младшего школьного возраста, охватывающего период примерно от 7 до 11 лет, подробно рассматриваются в трудах А. А. Люблинской, М. М. Безруких, М. В. Матюхиной, которые подчеркивают, что данный этап является сензитивным для формирования произвольных форм поведения и регулятивных действий [11, 12, 13]. Именно в этот период ребенок включается в новую социальную ситуацию развития, связанную с освоением позиции ученика и переходом к учебной деятельности как ведущему виду деятельности.

Принятие новой социальной роли предполагает не только расширение возможностей ребенка, но и освоение новых обязанностей. От младшего

школьника требуется соблюдение режима, выполнение учебных заданий, следование инструкциям педагога, соотнесение собственного поведения с нормами школьной жизни и требованиями образовательной среды. Подобная система требований создает условия, при которых дальнейшее успешное функционирование ребенка становится невозможным без постепенного овладения средствами саморегуляции.

Существенной возрастной предпосылкой формирования волевой саморегуляции в данный период выступает развитие произвольности психических процессов. В младшем школьном возрасте происходит постепенное совершенствование произвольного внимания, логической памяти, словесно-логического мышления, внутреннего плана действий и речевых механизмов регуляции поведения. Ребёнок становится более способным к удержанию учебной задачи, осмысленному восприятию инструкции, длительному сохранению работоспособности и использованию речи как средства организации собственной деятельности.

Вместе с тем данные возможности находятся на этапе активного формирования, вследствие чего поведение младшего школьника сохраняет определенную неустойчивость. Несмотря на появление способности действовать по правилу и ориентироваться на требования учебной ситуации, саморегуляция в данном возрасте во многом остается зависимой от конкретных условий деятельности, уровня ее организации и характера педагогической поддержки.

Для младших школьников характерно противоречивое сочетание возрастающих регулятивных возможностей и сохраняющейся ситуативности поведения. С одной стороны, ребенок уже способен принимать учебную задачу, ориентироваться на оценку взрослого, подчинять действия установленным требованиям и стремиться к социально одобряемому результату. С другой стороны, его деятельность по-прежнему может существенно зависеть от эмоционального состояния, уровня

утомления, интереса к заданию, влияния сверстников, сложности инструкции и внешней организации работы.

Вследствие этого даже при наличии положительной учебной мотивации младшие школьники нередко испытывают трудности в последовательном выполнении задания, допускают импульсивные действия, отвлекаются, забывают отдельные этапы работы, избегают сложных заданий либо стремятся завершить деятельность поспешно, без должного контроля ее качества.

Возрастная специфика волевой саморегуляции младшего школьника особенно отчетливо проявляется в соотношении мотивов «хочу» и «надо». На данном этапе развития ребенок уже начинает осознавать значимость социальных требований и учебных обязанностей, однако способность подчинять им собственное поведение еще остается недостаточно устойчивой. Переход от импульсивных, ситуативно обусловленных действий к осознанной организации поведения осуществляется постепенно и требует целенаправленного педагогического сопровождения.

В практике начального обучения это проявляется в том, что младший школьник охотно включается в деятельность, вызывающую интерес и эмоциональный отклик, однако может быстро утрачивать активность в ситуации длительной, однообразной или интеллектуально напряженной работы. В связи с этим задача педагога заключается не только в предъявлении требований к выполнению деятельности, но и в обучении ребенка способам удержания цели, распределения усилий и преодоления возникающего утомления.

Важным возрастным новообразованием младшего школьного возраста является развитие внутреннего плана действий. У ребенка формируется способность мысленно представлять предстоящую деятельность, соотносить отдельные этапы работы между собой и прогнозировать предполагаемый результат. Данное новообразование

создает психологическую основу для становления навыков планирования, являющихся одним из ключевых компонентов волевой саморегуляции.

Вместе с тем способность к самостоятельному планированию в данном возрасте еще недостаточно сформирована. Многие младшие школьники успешно действуют по готовому алгоритму, предложенному учителем, однако испытывают затруднения в ситуациях, требующих самостоятельного определения последовательности действий, выбора рационального способа выполнения задания или распределения времени. В связи с этим на начальных этапах обучения особое значение приобретает педагогическая поддержка, включающая использование алгоритмов, памяток, визуальных схем, коллективного обсуждения плана работы и речевого проговаривания последовательности действий.

Существенную роль в развитии волевой саморегуляции младшего школьника играет становление самоконтроля. На начальном этапе обучения контроль преимущественно носит внешний характер: ребенок ориентируется на замечания учителя, заданный образец или предложенный способ проверки. Постепенно формируется способность к самопроверке, самостоятельному обнаружению ошибок и соотнесению результата с поставленной целью. Однако данный переход не происходит автоматически и требует систематической педагогической работы.

На ранних этапах младшие школьники чаще контролируют лишь конечный результат деятельности, не отслеживая ход выполнения действия. Вследствие этого обнаружение ошибок нередко происходит уже после завершения работы, когда возможность своевременной коррекции оказывается ограниченной. Только при последовательном педагогическом руководстве контроль постепенно приобретает осознанный и предупреждающий характер.

Благоприятным для младшего школьного возраста является и развитие рефлексии как способности осмысливать собственную деятельность. Ребенок начинает анализировать не только результат, но и способы

выполнения действия, причины возникающих затруднений, основания собственных ошибок и возможные пути их устранения. Хотя на начальных этапах рефлексивные действия еще во многом опираются на вопросы и речевое сопровождение со стороны взрослого, именно их развитие обеспечивает переход от ситуативного контроля к более устойчивым формам саморегуляции.

Необходимо учитывать, что формирование волевой саморегуляции в младшем школьном возрасте тесно связано с особенностями эмоционального развития ребенка. Для детей данного возраста характерны эмоциональная отзывчивость, повышенная чувствительность к оценке взрослого, стремление к признанию и выраженная ориентация на успех. С одной стороны, это создает благоприятные условия для педагогического воздействия, с другой – делает волевою регуляцию достаточно уязвимой к внешним эмоциональным факторам.

Неудача, чрезмерно резкая критика, сравнение с более успешными сверстниками либо предъявление задания, не соответствующего актуальным возможностям ребенка, могут существенно снижать уверенность в собственных силах и ослаблять волевою активность. В связи с этим формирование волевой саморегуляции должно осуществляться в условиях педагогически поддерживающей образовательной среды, предполагающей сочетание разумной требовательности с созданием ситуации посильного успеха, возможностью исправления ошибок и постепенного усложнения деятельности.

Для младшего школьного возраста характерна тесная взаимосвязь волевой саморегуляции с развитием самооценки. В данный период самооценка ребенка еще недостаточно устойчива и в значительной степени зависит от мнения значимых взрослых, а также от успешности учебной деятельности. Младший школьник может воспринимать отдельные неудачи как свидетельство собственной несостоятельности либо, напротив,

переоценивать собственные возможности при отсутствии объективных оснований для высокой оценки своих действий.

Неадекватность самооценки способна отрицательно влиять на качество саморегуляции. При заниженной самооценке ребенок быстрее отказывается от усилия, избегает сложных заданий и демонстрирует недостаточную настойчивость в преодолении трудностей. При завышенной самооценке, напротив, может снижаться критичность к собственным действиям, что проявляется в недооценке необходимости проверки и коррекции выполняемой работы. В связи с этим одной из значимых педагогических задач выступает формирование у младшего школьника реалистичной и поддерживающей самооценки, основанной на анализе конкретных действий и достигнутых результатов, а не на закреплении оценочных ярлыков.

Возрастная специфика волевой саморегуляции проявляется также в особенностях взаимодействия младших школьников со сверстниками. В данный период возрастает значимость совместной деятельности, усиливается стремление к признанию в группе и повышается чувствительность к вопросам справедливости, соблюдения правил и распределения ролей. Совместная деятельность создает благоприятные условия для развития саморегуляции, поскольку требует от ребенка учитывать позицию другого, координировать собственные действия с действиями партнеров, соблюдать договоренности, регулировать эмоциональные реакции и контролировать импульсивность в процессе общения.

Вместе с тем коллективные формы работы одновременно выступают и как пространство наиболее яркого проявления трудностей саморегуляции. В условиях группового взаимодействия младшие школьники могут демонстрировать обидчивость, стремление к доминированию, неспособность соблюдать договоренности, отказ от выполнения собственной части общей работы либо затруднения в доведении совместной

деятельности до завершения. Это позволяет утверждать, что сама по себе групповая работа не обеспечивает автоматического развития волевой саморегуляции, а требует специально организованного педагогического сопровождения.

Существенное значение имеют и индивидуальные различия в развитии волевой саморегуляции у младших школьников. Даже в пределах одного класса дети могут значительно различаться по уровню организованности, устойчивости внимания, темпу деятельности, способности переносить освоенные способы саморегуляции в новые условия, чувствительности к трудностям и готовности преодолевать возникающие затруднения.

На особенности развития волевой сферы оказывают влияние различные факторы, включая специфику семейного воспитания, степень сформированности самостоятельности на дошкольном этапе, стиль педагогического взаимодействия, уровень речевого и когнитивного развития, а также общее состояние здоровья ребенка. Указанные обстоятельства свидетельствуют о необходимости дифференцированного подхода к организации педагогической работы по формированию волевой саморегуляции.

Таким образом, возрастные особенности младшего школьного возраста создают благоприятные предпосылки для развития волевой саморегуляции, однако становление данного качества не происходит автоматически и требует специально организованного педагогического сопровождения, учитывающего как общевозрастные закономерности развития, так и индивидуальные особенности обучающихся.

Для более глубокого понимания возможностей педагогического воздействия на процесс формирования волевой саморегуляции представляется необходимым рассмотреть потенциал внеурочной деятельности как особого образовательного пространства, способствующего развитию данного качества.

Рассмотрение возрастной специфики волевой саморегуляции у младших школьников по ее структурным компонентам позволяет более детально охарактеризовать особенности становления данного качества в период обучения в начальной школе.

Мотивационно-целевой компонент в младшем школьном возрасте развивается в направлении постепенного перехода от внешне задаваемых целей к их внутреннему принятию. На начальных этапах обучения деятельность ребенка во многом определяется стремлением получить положительную оценку, одобрение учителя или похвалу со стороны значимых взрослых. По мере включения в учебную деятельность усиливается значение познавательного интереса, чувства долга и стремления соответствовать образу успешного ученика. Вместе с тем внутреннее принятие цели на данном этапе еще недостаточно устойчиво, вследствие чего младшие школьники нуждаются в педагогической помощи, направленной на осознание смысла выполняемой деятельности и понимание ее ближайшего результата.

Развитие когнитивно-планирующего компонента проявляется в переходе от подражательного следования готовому образцу к постепенному освоению самостоятельного планирования деятельности. В начале обучения ребенок наиболее успешно действует в условиях, когда алгоритм выполнения задания полностью задан извне. В дальнейшем он осваивает навыки составления простого плана действий, прогнозирования результата и выбора последовательности выполнения операций. Однако данные умения остаются недостаточно устойчивыми без опоры на наглядность, внешние ориентиры и речевое сопровождение со стороны педагога.

Контрольно-коррекционный компонент также проходит путь от преимущественно внешнего контроля к постепенному становлению самоконтроля. На ранних этапах обучения младший школьник ориентируется главным образом на проверку со стороны взрослого. Затем он начинает использовать внешние средства контроля – образец, памятку,

алгоритм, вопросы учителя – как опору для самостоятельной проверки собственных действий. Более высокий уровень сформированности данного компонента проявляется в способности ребенка самостоятельно замечать ошибку непосредственно в процессе выполнения задания и вносить необходимые коррективы без внешнего напоминания.

Эмоционально-волевой компонент в младшем школьном возрасте характеризуется выраженной зависимостью от эмоционального отношения ребенка к деятельности и результата выполняемой работы. Для данного периода типична повышенная чувствительность к успеху и неудаче, а также недостаточная устойчивость при преодолении затруднений. Ребенок способен проявлять настойчивость в ситуации, когда деятельность представляется ему значимой и посильной, однако может быстро утрачивать активность при повторяющихся ошибках, отсутствии немедленного результата либо чрезмерной сложности задания. В связи с этим развитие волевой сферы требует включения в образовательный процесс заданий умеренной трудности, предполагающих возможность переживания достижимого успеха.

Рефлексивно-оценочный компонент в младшем школьном возрасте также находится на этапе активного становления. Хотя ребенок уже способен оценивать результат собственной деятельности, глубина анализа причин затруднений и качества выполняемых действий еще остается ограниченной. Нередко младшие школьники ограничиваются общими оценочными суждениями, не выделяя конкретных причин ошибки или неудачи. Развитие полноценной рефлексии становится возможным при условии систематического педагогического сопровождения, включающего постановку вопросов о способах действия, причинах затруднений и путях совершенствования результата.

Существенный интерес представляет возрастная динамика развития волевой саморегуляции внутри самого периода начального школьного обучения. Для первоклассников характерна выраженная зависимость от

внешней организации деятельности: они испытывают трудности в длительном удержании учебной задачи, самостоятельном распределении времени, переключении с привлекательной деятельности на необходимую, а также в обнаружении ошибок без внешней подсказки.

У учащихся второго и третьего классов постепенно усиливаются возможности произвольного внимания, возрастает опыт действия по правилу, расширяется репертуар способов самопроверки, повышается готовность к сотрудничеству в совместной деятельности. К завершению начальной школы при благоприятных педагогических условиях ребенок, как правило, оказывается способен планировать более сложные действия, осознанно контролировать их выполнение, проявлять настойчивость в достижении результата и переносить освоенные способы саморегуляции в новые виды деятельности.

Вместе с тем развитие волевой саморегуляции не носит строго линейного характера и может существенно различаться у детей даже в пределах одного возрастного этапа. Это связано как с индивидуальными особенностями развития ребенка, так и с различиями в условиях воспитания и обучения.

Необходимо подчеркнуть, что младший школьный возраст является не только периодом значительных возможностей, но и этапом повышенного риска в отношении формирования волевой саморегуляции. В случаях, когда образовательная среда строится преимущественно на внешнем давлении, жесткой регламентации и постоянном контроле, ребенок может привыкнуть действовать исключительно в условиях внешней организации, не переходя к внутренней регуляции собственного поведения. Не менее неблагоприятной является ситуация, при которой требования к саморегуляции предъявляются без целенаправленного обучения соответствующим способам деятельности. Простые призывы к внимательности, собранности или усердию без формирования конкретных

регулятивных умений не обеспечивают развития волевой саморегуляции как устойчивого личностного качества.

Таким образом, младший школьный возраст представляет собой сензитивный период для формирования волевой саморегуляции. В этот период складываются основные предпосылки произвольного поведения, развивается способность действовать по правилу, формируется внутренний план действий, усиливается роль речи в организации поведения, возрастает значение самоконтроля, самооценки и рефлексии. Вместе с тем сохраняются возрастные ограничения, связанные с зависимостью от внешней поддержки, эмоциональной неустойчивостью, ситуативностью мотивации и недостаточной сформированностью самостоятельного планирования и коррекции деятельности. Учет данных особенностей позволяет выстраивать педагогическую работу таким образом, чтобы она была направлена не на внешнее дисциплинирование, а на постепенный переход ребенка к внутренне регулируемой деятельности.

1.3. Деятельность педагога по формированию волевой саморегуляции младших школьников во внеурочной деятельности

Формирование волевой саморегуляции младших школьников представляет собой длительный и многоаспектный педагогический процесс, результативность которого во многом определяется степенью целенаправленности и системности организации деятельности ребенка. В данном контексте особый интерес представляет внеурочная деятельность, обладающая значительным потенциалом для развития регулятивной сферы младшего школьника.

В отличие от урочной формы обучения, в рамках которой содержание, структура и темп деятельности в значительной степени регламентированы образовательной программой, внеурочная деятельность характеризуется большей вариативностью форм, гибкостью содержания, возможностью

учета индивидуальных интересов обучающихся и расширенными условиями для организации самостоятельной активности детей. Благодаря этому внеурочная деятельность может рассматриваться как благоприятная образовательная среда для формирования волевой саморегуляции.

Развивающий потенциал внеурочной деятельности обусловлен рядом обстоятельств. Прежде всего, она предоставляет ребенку возможность включаться в различные виды активности – познавательную, игровую, проектную, коммуникативную, творческую, спортивную и социально значимую. Такое разнообразие расширяет спектр ситуаций, в которых обучающийся сталкивается с необходимостью проявления самостоятельности, ответственности и волевого усилия.

Кроме того, участие во внеурочной деятельности чаще основывается на внутренней заинтересованности ребенка, что придает осуществляемой деятельности личностную значимость и делает волевое усилие более осмысленным. Существенным является и то, что в рамках внеурочной деятельности создаются более благоприятные условия для организации ситуаций выбора, самостоятельного целеполагания, распределения ролей, преодоления трудностей и последующего анализа достигнутого результата. В связи с этим формирование волевой саморегуляции осуществляется не в форме прямого назидательного воздействия, а в процессе приобретения ребенком собственного деятельностного опыта.

Вместе с тем наличие развивающего потенциала внеурочной деятельности само по себе не гарантирует формирования волевой саморегуляции. Участие обучающегося в кружке, проекте, творческом объединении или школьном мероприятии еще не означает автоматического развития его регулятивной сферы. Реализация данного потенциала требует специально организованной педагогической деятельности, предполагающей постановку развивающих задач, целенаправленный подбор содержания и форм работы, дозированную помощь со стороны

взрослого, создание ситуаций преодоления трудностей, поддержку детской инициативы и организацию рефлексии.

Деятельность педагога по формированию волевой саморегуляции младших школьников во внеурочной деятельности целесообразно рассматривать как целостную систему, включающую взаимосвязанные целевой, содержательный, организационный, методический и рефлексивно-оценочный аспекты.

Целевой аспект предполагает осознание педагогом формирования волевой саморегуляции не как побочного эффекта вовлечения детей в активность, а как самостоятельной воспитательно-развивающей задачи. Это означает, что при проектировании внеурочного занятия, тематического модуля или программы педагог заранее определяет, какие именно регулятивные умения и волевые качества будут целенаправленно формироваться в ходе деятельности обучающихся. К их числу могут относиться умение принимать цель деятельности, планировать последовательность действий, доводить начатое до завершения, осуществлять контроль промежуточного результата, преодолевать возникающие затруднения, взаимодействовать в группе и анализировать собственные действия.

Содержательный аспект связан с отбором такого содержания и таких видов деятельности, которые объективно требуют проявления волевой активности. Наименьшим развивающим потенциалом обладают формы работы, в которых ребенок выступает исключительно как пассивный исполнитель заранее заданного алгоритма. Значительно более продуктивными являются те виды деятельности, которые предполагают наличие выбора, распределение времени и усилий, столкновение с посильной трудностью, принятие ответственности за результат и возможность увидеть практический эффект собственной настойчивости.

В качестве таких форм могут выступать мини-проекты, творческие мастерские, исследовательские задания, командные игры с правилами,

социальные практики, подготовка коллективных мероприятий, спортивно-игровые испытания, квесты, творческие поручения и иные виды деятельности, предполагающие активную субъектную позицию ребенка.

Организационный аспект деятельности педагога предполагает создание педагогических условий, способствующих развитию саморегуляции. Важнейшим условием выступает разумное сочетание свободы и структурированности образовательного процесса. С одной стороны, обучающийся должен иметь возможность проявлять инициативу, предлагать собственные способы решения и осуществлять выбор. С другой стороны, ему необходимы четкие правила, понятные критерии успеха, временные ориентиры и педагогическая помощь в удержании цели деятельности. Именно баланс между самостоятельностью и педагогически организованной поддержкой создает оптимальные условия для развития волевой саморегуляции младшего школьника.

Методический аспект деятельности педагога связан с выбором и использованием конкретных приемов педагогического воздействия, направленных на развитие у младших школьников навыков волевой саморегуляции. Эффективность данной работы во многом определяется тем, насколько системно и осознанно педагог включает регулятивно-развивающие приемы в структуру внеурочной деятельности.

К числу наиболее значимых методических средств относятся совместное с обучающимися целеполагание, использование планов и алгоритмов деятельности, поэтапная организация сложных заданий, речевое проговаривание последовательности действий, создание ситуаций выбора, включение элементов самопроверки и взаимопроверки, организация работы в парах и малых группах с распределением функций, предъявление заданий умеренной трудности, а также рефлексивное обсуждение результатов деятельности. Существенное значение имеет и педагогическое поощрение не только достигнутого результата, но и тех волевых проявлений, которые были продемонстрированы ребенком в

процессе деятельности, включая настойчивость, самостоятельность, аккуратность и готовность к преодолению трудностей.

Рефлексивно-оценочный аспект предполагает систематическое обращение обучающихся к осмыслению собственного опыта деятельности. В процессе внеурочной работы важно организовывать обсуждение не только достигнутого результата, но и способов его достижения, возникавших затруднений, использованных стратегий преодоления трудностей, особенностей взаимодействия в группе и возможных путей совершенствования собственной деятельности. Подобная работа способствует осознанию ребенком собственных регулятивных действий и их постепенному переводу во внутренний план.

Одной из центральных задач педагога во внеурочной деятельности является формирование у младших школьников способности принимать и удерживать цель деятельности. Практика показывает, что дети данного возраста нередко активно включаются в работу, однако в процессе выполнения задания могут переключаться на второстепенные детали, утрачивая представление о конечном результате. В связи с этим педагогическая работа должна быть направлена не только на обозначение темы занятия, но и на помощь ребенку в осмыслении цели предстоящей деятельности и ее соотнесении с выполняемыми действиями.

Эффективными средствами решения данной задачи выступают коллективное обсуждение ожидаемого результата, формулирование цели в доступной для детей форме, использование наглядного образа итогового продукта, составление условного «маршрута» занятия и периодическое возвращение к цели на промежуточных этапах работы.

Не менее значимым направлением педагогической деятельности является обучение младших школьников планированию. Внеурочная деятельность предоставляет для этого благоприятные условия, поскольку многие задания в ее рамках имеют практический, творческий или проектный характер и требуют последовательной организации действий. В

процессе работы педагог может формировать у обучающихся умение определять этапы деятельности, устанавливать последовательность шагов, распределять обязанности, выделять необходимые ресурсы и соотносить планируемые действия с временными рамками.

На первоначальных этапах данные действия, как правило, осуществляются совместно с педагогом, затем переносятся в формы парной и групповой работы и постепенно становятся доступными для индивидуального выполнения. Подобная поэтапность обеспечивает постепенный переход от внешне организованного планирования к самостоятельному.

Существенное место в системе педагогической работы занимает формирование самоконтроля как одного из ключевых механизмов волевой саморегуляции. В условиях внеурочной деятельности развитие самоконтроля может происходить особенно естественно в тех случаях, когда деятельность предполагает получение наглядного и практически значимого результата – создание продукта, подготовку выступления, выполнение коллективного проекта, достижение игрового или командного результата.

В подобных ситуациях педагог обучает детей соотносить промежуточные и итоговые результаты с первоначальным замыслом, использовать критерии оценки, чек-листы, образцы и вопросы самопроверки. При этом принципиально важно, чтобы самоконтроль воспринимался ребенком не как формальная дополнительная процедура, а как средство повышения качества собственной работы и достижения более успешного результата.

Особое значение в системе педагогической работы по формированию волевой саморегуляции имеет развитие у младших школьников способности преодолевать возникающие трудности. Внеурочная деятельность предоставляет для этого благоприятные условия, поскольку позволяет моделировать ситуации волевого усилия без чрезмерного

оценочного давления, характерного для урочной формы обучения. Благодаря этому преодоление затруднений воспринимается детьми менее тревожно и чаще сопровождается положительным эмоциональным опытом.

Ситуации, способствующие развитию волевой устойчивости, могут возникать при выполнении заданий с ограничением времени, необходимости доведения деятельности до завершения, выполнении ответственной роли в коллективной работе, подготовке публичного выступления, участии в соревнованиях и иных формах деятельности, требующих мобилизации усилий. Вместе с тем важнейшим условием развивающего эффекта является адекватное дозирование трудности. Чрезмерно простые задания не требуют волевого напряжения, тогда как чрезмерно сложные могут вызывать отказ от деятельности и формировать переживание неуспеха. Развивающее значение имеет именно посильное затруднение, преодоление которого осуществляется при поддержке педагога и сопровождается переживанием достижения.

Значимым направлением педагогической работы выступает также развитие эмоциональной регуляции младших школьников. В процессе внеурочной деятельности дети сталкиваются с широким спектром эмоциональных переживаний – радостью, волнением, азартом, разочарованием, обидой, гордостью за собственный или коллективный результат. Данные ситуации создают естественные условия для обучения способам управления эмоциональными состояниями.

В рамках педагогического сопровождения обучающиеся могут осваивать навыки паузы перед реакцией, конструктивного выражения несогласия, принятия проигрыша, поддержки партнера по деятельности, а также завершения начатой работы в условиях временного снижения интереса или эмоционального напряжения. Наиболее благоприятные условия для развития эмоциональной саморегуляции создаются в игровых, коммуникативных и творческих формах деятельности, где эмоциональные

реакции ребенка проявляются наиболее непосредственно и могут быть осмыслены в безопасной педагогической среде.

Особого внимания требует организация групповой и коллективной деятельности, поскольку именно в совместной работе волевая саморегуляция развивается наиболее многогранно. Участие в коллективной деятельности требует от ребенка учитывать позицию другого, соблюдать очередность, выполнять принятую роль, соотносить личные действия с общим результатом, нести ответственность перед группой и регулировать собственные эмоциональные реакции в ситуации разногласий.

При этом педагогическая задача заключается не только в формальном объединении детей в группы, но и в целенаправленном обучении их способам совместной работы: умению слушать партнера, договариваться, принимать решения, координировать действия, отслеживать общий ход деятельности и корректно оценивать вклад каждого участника. В подобных условиях коллективная деятельность становится важным средством развития не только саморегуляции, но и социальной ответственности обучающихся.

Существенным условием эффективности педагогической деятельности является опора на субъектную позицию ребенка. Формирование волевой саморегуляции затруднено в ситуации, когда обучающийся постоянно занимает исключительно позицию исполнителя. В связи с этим во внеурочной деятельности необходимо создавать условия для осуществления ребенком осознанного выбора. Это может касаться выбора темы проекта, варианта задания, материала для работы, распределения ролей в группе или способа представления результата.

Ситуация выбора повышает личностную включенность обучающегося в деятельность и одновременно требует принятия решения, прогнозирования последствий и ответственности за собственный выбор. Именно в подобных условиях формируются предпосылки для развития самостоятельности и внутренней регуляции поведения.

Значительным педагогическим потенциалом обладает использование игровых технологий. Несмотря на то, что в младшем школьном возрасте учебная деятельность становится ведущей, игра продолжает сохранять высокую психологическую значимость для ребенка. Во внеурочной деятельности игровые формы могут выступать не только как средство повышения мотивации, но и как эффективный инструмент формирования волевой саморегуляции.

Игровые правила требуют от ребенка подчинения поведения определенному порядку, соблюдения последовательности действий, выдержки, умения ждать своей очереди, принимать условность игровой ситуации и контролировать эмоциональные реакции в ситуации победы или поражения. Особенно эффективными в данном отношении являются игры с правилами, командные испытания, квесты, ролевые и сюжетно-деятельностные игры, в которых успешность зависит не столько от спонтанной активности, сколько от организованности и согласованности действий участников.

Высоким потенциалом для формирования волевой саморегуляции обладают и проектно-исследовательские формы внеурочной деятельности. Участие в проекте требует от обучающегося прохождения полного цикла регулятивных действий: постановки цели, планирования последовательности шагов, распределения ресурсов, преодоления возникающих затруднений, контроля качества промежуточных результатов и представления итогового продукта. При условии грамотного педагогического сопровождения проектная деятельность способствует развитию настойчивости, ответственности, самоконтроля и способности к длительному удержанию цели. Особую ценность представляет то обстоятельство, что в рамках проектной деятельности ребенок видит практический результат собственных усилий, что усиливает осознанность и личностную значимость волевого усилия.

Существенное значение в формировании волевой саморегуляции имеет и творческая деятельность. Подготовка инсценировок, рисунков, выставок, поделок, тематических газет и праздничных мероприятий требует от ребенка не только проявления инициативы и воображения, но и организованности, соблюдения этапности работы, аккуратности и доведения деятельности до завершения в установленные сроки. Несмотря на распространенное представление о творчестве как о сфере, свободной от ограничений и требований, в педагогическом аспекте оно обладает значительным потенциалом для развития волевой саморегуляции, поскольку позволяет сочетать самостоятельность и инициативу обучающегося с необходимостью приложения целенаправленного усилия.

Важную роль в системе педагогической деятельности играет поддержание положительной мотивации обучающихся. Формирование волевой саморегуляции не может основываться исключительно на внешнем требовании и постоянном обращении к необходимости выполнения деятельности «потому что надо». Для устойчивого развития волевой сферы принципиально важно, чтобы ребенок осознавал ценность собственных усилий, видел результаты своего продвижения и переживал личностную значимость достигаемых успехов.

Поддержка положительной мотивации может реализовываться через предоставление позитивной обратной связи, признание проявленной настойчивости, обсуждение индивидуальных успехов, создание ситуаций демонстрации результатов деятельности, включение достижений обучающихся в жизнь класса и школьного коллектива. Особое значение имеет поощрение не только итогового результата, но и самих волевых проявлений, таких как ответственность, выдержка, аккуратность, способность исправлять ошибки и готовность доводить начатое до завершения.

Вместе с тем педагогическая поддержка не должна перерасти в избыточную опеку, препятствующую становлению самостоятельности

ребенка. Одним из ключевых принципов формирования волевой саморегуляции выступает постепенное снижение объема внешней помощи по мере овладения обучающимся соответствующими способами организации собственной деятельности.

На первоначальных этапах педагог демонстрирует способы действия, организует деятельность, напоминает о правилах и осуществляет внешний контроль. В дальнейшем обучающийся начинает действовать с опорой на внешние средства саморегуляции – памятки, алгоритмы, вопросы, схемы, критерии оценки. Постепенно функции планирования, контроля и оценки все в большей степени переходят к самому ребенку. Именно данный переход от внешней регуляции к внутренней рассматривается как центральный механизм развития волевой саморегуляции.

Для обеспечения эффективности педагогической деятельности по формированию волевой саморегуляции необходимо соблюдение ряда принципов организации данной работы. Одним из базовых выступает принцип систематичности, предполагающий, что развитие волевой саморегуляции должно осуществляться не эпизодически, в рамках отдельных мероприятий, а последовательно и целенаправленно в процессе всей внеурочной деятельности.

Выводы по 1 главе

Проведённый теоретический анализ психолого-педагогической литературы позволил установить, что проблема формирования волевой саморегуляции младших школьников занимает значимое место в современной педагогической и психологической науке, поскольку напрямую связана с развитием способности обучающегося к сознательной организации собственной деятельности, принятию учебной задачи, преодолению затруднений и достижению поставленного результата.

В ходе анализа было выявлено, что волевая саморегуляция представляет собой сложное интегративное личностное образование, включающее мотивационно-целевой, когнитивно-планирующий, контрольно-коррекционный, эмоционально-волевой и рефлексивно-оценочный компоненты. Ее формирование связано не только с развитием отдельных навыков самоконтроля или дисциплинированности, но с постепенным становлением у ребенка способности к осознанному управлению собственной деятельностью и поведением в соответствии с принятыми целями и требованиями ситуации.

Анализ возрастных особенностей младшего школьного возраста показал, что данный период является сензитивным для развития волевой саморегуляции, поскольку именно на этапе начального школьного обучения активно формируются предпосылки произвольного поведения: развивается способность действовать по правилу, совершенствуется внутренний план действий, возрастает роль речи в регуляции поведения, формируются основы самоконтроля, самооценки и рефлексии. Вместе с тем становление волевой саморегуляции в младшем школьном возрасте носит незавершённый характер и сопровождается рядом возрастных ограничений, проявляющихся в зависимости от внешней помощи, эмоциональной неустойчивости, недостаточной сформированности самостоятельного планирования и слабой способности к длительному удержанию цели деятельности.

Установлено, что развитие волевой саморегуляции младших школьников не происходит спонтанно и не может рассматриваться исключительно как следствие возрастного созревания. Эффективность данного процесса во многом определяется специально организованным педагогическим сопровождением, направленным на формирование у ребенка способов целеполагания, планирования, контроля, коррекции и оценки собственной деятельности.

Особый потенциал для решения данной задачи имеет внеурочная деятельность, которая благодаря своей вариативности, практико-ориентированности и большей свободе организации по сравнению с урочной системой предоставляет благоприятные условия для включения младших школьников в деятельность, требующую проявления самостоятельности, инициативы, ответственности, настойчивости и сотрудничества.

Теоретический анализ позволил определить, что эффективное формирование волевой саморегуляции во внеурочной деятельности возможно при соблюдении комплекса педагогических условий, включающих систематическую организацию развивающей работы, создание ситуаций посильного затруднения, использование разнообразных форм активной и совместной деятельности, развитие рефлексии, поддержку субъектной позиции ребенка и постепенный переход от внешней регуляции деятельности к внутренней.

Таким образом, результаты теоретического исследования подтверждают, что формирование волевой саморегуляции младших школьников представляет собой актуальную и педагогически значимую задачу современного начального образования, решение которой требует специально организованной системы педагогического воздействия с опорой на возможности внеурочной деятельности.

Полученные теоретические положения выступают концептуальной основой для дальнейшего эмпирического исследования уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников и разработки программы внеурочной деятельности, направленной на её развитие, что составляет содержание второй главы настоящей работы.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ВОЛЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

2.1 Организация, методы и результаты изучения уровня сформированности волевой саморегуляции младших школьников

Практическая часть исследования направлена на выявление уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников, а также на определение направлений педагогической работы, способствующих её развитию.

Организация исследования:

Исследование проводилось на базе общеобразовательной школы г. Челябинска. В исследовании приняли участие учащиеся одного класса начальной школы в количестве 23 человек.

Возраст испытуемых составил 8–9 лет, что соответствует младшему школьному возрасту. Выбор данной возрастной категории обусловлен тем, что именно в этот период происходит активное формирование произвольной регуляции поведения и деятельности, а также становление регулятивных универсальных учебных действий.

Исследование включало в себя следующие этапы:

- 1) подготовительный этап (подбор методик, разработка диагностических материалов),
- 2) проведение диагностики,
- 3) обработка и анализ полученных результатов,
- 4) формулирование выводов.

Целью являлось выявление уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников.

В соответствии с поставленной целью были определены следующие задачи:

- 1) подобрать диагностические методики, соответствующие возрастным особенностям учащихся;
- 2) провести диагностику уровня сформированности волевой саморегуляции;
- 3) проанализировать полученные результаты;
- 4) выявить трудности, возникающие у учащихся при осуществлении регулятивной деятельности;
- 5) разработать программу внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции у младших школьников.

В исследовании использовались следующие методы:

- тестирование;
- анкетирование;
- наблюдение;
- качественный анализ результатов.

Комплексное использование методов позволило получить целостное представление о сформированности волевой саморегуляции у учащихся.

Диагностический инструментарий

Для выявления уровня сформированности волевой саморегуляции был подобран комплекс методик, направленных на диагностику различных её компонентов.

Подбор методик осуществлялся с учетом:

- возрастных особенностей младших школьников;
- доступности заданий;
- соответствия исследуемой проблеме;
- возможности комплексной оценки регулятивных действий.

Для диагностики уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников был использован комплекс взаимодополняющих методик, позволяющих оценить различные компоненты исследуемого качества.

В исследовании применялись:

~ методика «Графический диктант» Д. Б. Эльконина, направленная на выявление уровня развития произвольного внимания и самоконтроля;

~ корректурная проба в модификации Б. Бурдона–Анфимова, позволяющая оценить устойчивость внимания и работоспособность учащихся;

~ авторская анкета, разработанная на основе целей исследования для выявления особенностей планирования, самоконтроля и рефлексии учащихся.

Методика 1. «Графический диктант»

В рамках исследования для диагностики уровня сформированности произвольного внимания и самоконтроля у младших школьников была использована методика «Графический диктант» [14]. Диагностический материал представлен в Приложении 1.

Выбор данной методики обусловлен тем, что она позволяет в наглядной и доступной для детей форме выявить особенности произвольной регуляции деятельности. Выполнение задания требует от учащихся не только внимательного восприятия инструкции, но и ее удержания в памяти, последовательного выполнения действий, а также постоянного самоконтроля в процессе работы.

Содержание методики заключается в том, что учащимся предлагается выполнить графическое задание на листе бумаги, ориентируясь на устные указания педагога. Учитель последовательно диктует направления движения (вверх, вниз, вправо, влево) и количество клеток, а учащиеся должны точно воспроизводить эти действия на листе в клетку, начиная с заданной точки.

Особенность данной методики состоит в том, что она требует от ребенка одновременного включения нескольких регулятивных процессов. Во-первых, учащемуся необходимо внимательно слушать инструкцию и удерживать ее в памяти. Во-вторых, важно точно следовать заданной

последовательности действий, не пропуская и не искажая указания. В-третьих, в процессе выполнения задания ребенок должен контролировать правильность своих действий, сопоставляя их с услышанной инструкцией.

В ходе выполнения задания фиксировались не только итоговый результат, но и особенности поведения учащихся. Обращалось внимание на то, насколько ребенок способен сохранять концентрацию внимания на протяжении всей работы, отвлекается ли он, возвращается ли к заданию после ошибки, пытается ли самостоятельно исправить допущенные неточности.

Анализ выполненных работ осуществлялся с учетом количества допущенных ошибок, их характера и расположения. Так, ошибки могли быть связаны с пропуском отдельных команд, неправильным направлением линии, нарушением последовательности действий или потерей общей логики выполнения задания. Подобные отклонения позволяют судить о недостаточной сформированности отдельных компонентов волевой саморегуляции, прежде всего произвольного внимания и самоконтроля.

Интерпретация результатов проводилась с учетом уровня успешности выполнения задания. Учащиеся, допустившие минимальное количество ошибок и сохранившие правильную структуру рисунка, относились к группе с высоким уровнем сформированности регулятивных действий. При наличии отдельных неточностей, не нарушающих общую последовательность, уровень оценивался как средний. Значительное количество ошибок, а также нарушение логики выполнения задания свидетельствовали о низком уровне сформированности произвольной регуляции.

Таким образом, методика «Графический диктант» позволила получить информацию о том, насколько учащиеся способны действовать по инструкции, удерживать цель деятельности и контролировать процесс выполнения задания. Полученные данные послужили основой для

дальнейшего анализа уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников.

Методика 2. «Корректирующая проба»

В качестве второго диагностического инструмента, направленного на изучение особенностей волевой саморегуляции младших школьников, была использована методика «Корректирующая проба» [15]. Диагностический материал представлен в Приложении 1.

Обращение к данной методике обусловлено тем, что она позволяет выявить уровень устойчивости внимания, работоспособности и сформированности самоконтроля в условиях выполнения однообразной деятельности. В отличие от заданий, имеющих ярко выраженный игровой или наглядный характер, корректирующая проба предполагает длительное выполнение монотонной работы, что требует от учащихся определённого волевого усилия.

Содержание методики заключается в том, что учащимся предлагается текст или набор символов, среди которых необходимо находить и выделять заданный элемент (например, определённую букву). Работа выполняется в течение ограниченного времени, при этом учащимся необходимо действовать быстро и внимательно, стараясь не допускать ошибок.

Особенность данной методики состоит в том, что она моделирует ситуацию, близкую к учебной деятельности, где от ребёнка требуется не только понимание задания, но и способность сохранять концентрацию на протяжении определённого времени. В процессе выполнения задания учащийся сталкивается с необходимостью поддерживать внимание, контролировать свои действия и не снижать темп работы, несмотря на однообразие выполняемых операций.

В ходе проведения методики фиксировались не только количественные показатели, но и особенности поведения учащихся. Обращалось внимание на то, как ребёнок включается в работу, сохраняет ли активность на протяжении всего задания, отвлекается ли, как реагирует

на возникающие трудности и усталость. Также учитывалось, стремится ли учащийся проверять себя в процессе выполнения задания или работает без самоконтроля.

Анализ результатов осуществлялся с учётом количества допущенных ошибок, их характера и динамики выполнения задания. В частности, учитывались пропуски нужных символов, неверные выделения, а также снижение точности к концу работы. Подобные особенности позволяют судить о недостаточной устойчивости внимания и слабом развитии самоконтроля.

При интерпретации результатов особое внимание уделялось не только количеству ошибок, но и общему характеру деятельности учащегося. Высокий уровень сформированности волевой саморегуляции проявлялся в способности сохранять устойчивость внимания, работать в заданном темпе и допускать минимальное количество ошибок. Средний уровень характеризовался наличием отдельных неточностей и снижением концентрации к концу задания. Низкий уровень проявлялся в большом количестве ошибок, частых отвлечениях и выраженном снижении работоспособности.

Таким образом, методика «Корректирующая проба» позволила выявить особенности устойчивости внимания и самоконтроля младших школьников, а также оценить их способность к выполнению длительной, требующей волевого усилия деятельности. Полученные результаты дополнили данные, полученные с помощью других методик, и позволили более полно оценить уровень сформированности волевой саморегуляции.

Методика 3. Анкетирование

Для более полного изучения уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников в исследовании было использовано анкетирование. Диагностический материал представлен в Приложении А.

Обращение к данному методу обусловлено необходимостью выявить не только внешние проявления регулятивных действий, но и особенности

их осознания самими учащимися. В отличие от диагностических заданий, направленных на фиксацию поведения в процессе деятельности, анкетирование позволяет получить представление о том, как дети воспринимают собственные действия, оценивают свои возможности и относятся к выполнению учебных заданий.

Анкета была разработана с учетом возрастных особенностей младших школьников и включала простые и понятные вопросы, связанные с основными компонентами волевой саморегуляции. В частности, внимание уделялось таким аспектам, как умение доводить начатое дело до конца, способность планировать свои действия, отношение к возникающим трудностям, а также готовность проверять и исправлять собственные ошибки.

Процедура проведения анкетирования строилась в доступной для детей форме. Учащимся предлагалось ответить на вопросы, выбирая один из предложенных вариантов ответа. При необходимости вопросы пояснялись педагогом, что позволяло избежать неправильного понимания и повысить достоверность полученных данных.

В ходе выполнения задания обращалось внимание не только на выбранные ответы, но и на поведение учащихся. Отмечалось, насколько уверенно дети дают ответы, задумываются ли над вопросами, стремятся ли уточнить их смысл. Подобные наблюдения позволяли дополнительно судить о степени осознанности их действий и сформированности рефлексии.

Анализ результатов анкетирования проводился с учетом общего количества баллов, а также характера ответов учащихся. Особое внимание уделялось выявлению тенденций: склонности к доведению дела до конца, готовности преодолевать трудности, стремления к самопроверке и планированию деятельности. При этом важно было учитывать, что ответы детей могут носить субъективный характер, поэтому они рассматривались в совокупности с результатами других методик.

Интерпретация результатов позволила выделить различные уровни сформированности рефлексивного компонента волевой саморегуляции. Учащиеся с высоким уровнем демонстрировали осознанное отношение к своей деятельности, понимание необходимости контроля и планирования. Средний уровень характеризовался непоследовательностью в ответах и частичной сформированностью данных умений. Низкий уровень проявлялся в отсутствии устойчивого понимания значимости самоконтроля и склонности к отказу от деятельности при возникновении трудностей.

Таким образом, анкетирование позволило дополнить данные, полученные с помощью практических методик, и выявить особенности внутреннего отношения учащихся к собственной деятельности. Это дало возможность более полно оценить уровень сформированности волевой саморегуляции и подтвердить необходимость целенаправленной педагогической работы в данном направлении.

Анализ результатов исследования

Результаты методики «Графический диктант»

Анализ выполнения учащимися методики «Графический диктант» позволил выявить существенные различия в уровне сформированности произвольного внимания и самоконтроля.

Часть учащихся продемонстрировала достаточно высокий уровень выполнения задания. Эти дети внимательно воспринимали инструкцию, точно следовали ей на протяжении всей работы и практически не допускали ошибок. В процессе выполнения задания они сохраняли устойчивую концентрацию, не отвлекались и, что особенно важно, контролировали правильность своих действий. Даже в случае возникновения затруднений такие учащиеся старались самостоятельно скорректировать допущенные неточности, что свидетельствует о сформированности базовых регулятивных действий.

Вместе с тем анализ работ показал, что значительная часть учащихся испытывает определённые трудности при выполнении задания. Наиболее

часто встречались ошибки, связанные с невнимательным восприятием инструкции, пропуском отдельных действий и нарушением их последовательности. В ряде случаев дети начинали выполнять задание правильно, однако по мере продолжения работы теряли концентрацию, что приводило к искажению общего рисунка.

Особого внимания заслуживают учащиеся, у которых наблюдались выраженные трудности в удержании инструкции. Их деятельность отличалась хаотичностью, отсутствием четкой последовательности действий и значительным количеством ошибок. Такие дети часто теряли ориентир в задании, не могли соотнести свои действия с инструкцией и не предпринимали попыток исправить допущенные ошибки.

В целом полученные результаты свидетельствуют о том, что у значительной части учащихся недостаточно сформированы навыки произвольной регуляции деятельности. Это проявляется в трудностях удержания инструкции, нестабильности внимания и слабом развитии самоконтроля.

Количественный анализ результатов методики «Графический диктант» показал, что высокий уровень выполнения задания продемонстрировали 4 учащихся, что составляет 17 % от общего количества испытуемых. Средний уровень был выявлен у 10 учащихся, то есть у 44 % обучающихся. Низкий уровень зафиксирован у 9 учащихся, что составляет 39 %. В ходе исследования нами были получены и проанализированы результаты (рисунок 1).

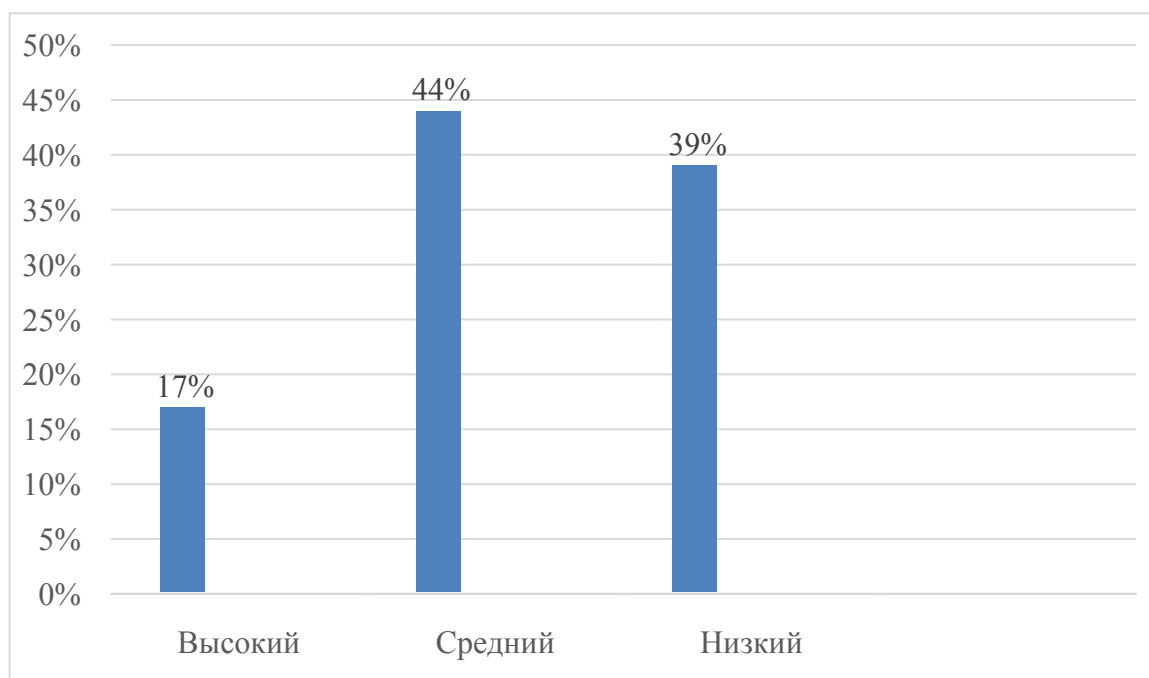


Рисунок 1 – Распределение учащихся по уровням выполнения методики «Графический диктант»

Данные, представленные на рисунке 1, показывают, что по результатам методики «Графический диктант» у значительной части учащихся преобладают средний и низкий уровни. Это свидетельствует о наличии трудностей в удержании инструкции, сохранении произвольного внимания и осуществлении самоконтроля в процессе выполнения задания.

Результаты методики «Корректирующая проба»

Анализ результатов, полученных в ходе выполнения методики «Корректирующая проба», позволил более глубоко рассмотреть особенности устойчивости внимания и работоспособности учащихся.

Часть детей показала достаточно высокий уровень выполнения задания. Они сохраняли стабильный темп работы, допускали минимальное количество ошибок и демонстрировали способность длительное время концентрироваться на однообразной деятельности. Поведение таких учащихся свидетельствует о сформированности волевого усилия и способности поддерживать внимание в условиях монотонной работы.

Однако большинство учащихся продемонстрировало менее устойчивые результаты. Уже в процессе выполнения задания наблюдалось постепенное снижение концентрации внимания, увеличение количества ошибок и появление пропусков. Многие дети начинали работу достаточно уверенно, но к концу задания их активность заметно снижалась, что выражалось в торопливости, невнимательности или, напротив, замедлении темпа работы.

Особенностью выполнения задания стало то, что учащиеся редко прибегали к самопроверке. В большинстве случаев они выполняли задание механически, не отслеживая правильность своих действий. Это свидетельствует о недостаточной сформированности навыков самоконтроля.

Таким образом, результаты методики позволяют сделать вывод о том, что у значительной части учащихся наблюдается недостаточная устойчивость внимания, а также слабое развитие волевого усилия, необходимого для выполнения длительной и однообразной деятельности.

Количественная обработка результатов корректурной пробы показала, что высокий уровень устойчивости внимания и самоконтроля был выявлен у 2 учащихся, что составляет 9 %. Средний уровень показали 12 учащихся, то есть 52 % испытуемых. Низкий уровень был зафиксирован у 9 учащихся, что составляет 39 %. В ходе исследования нами были получены и проанализированы результаты (рисунок 2).

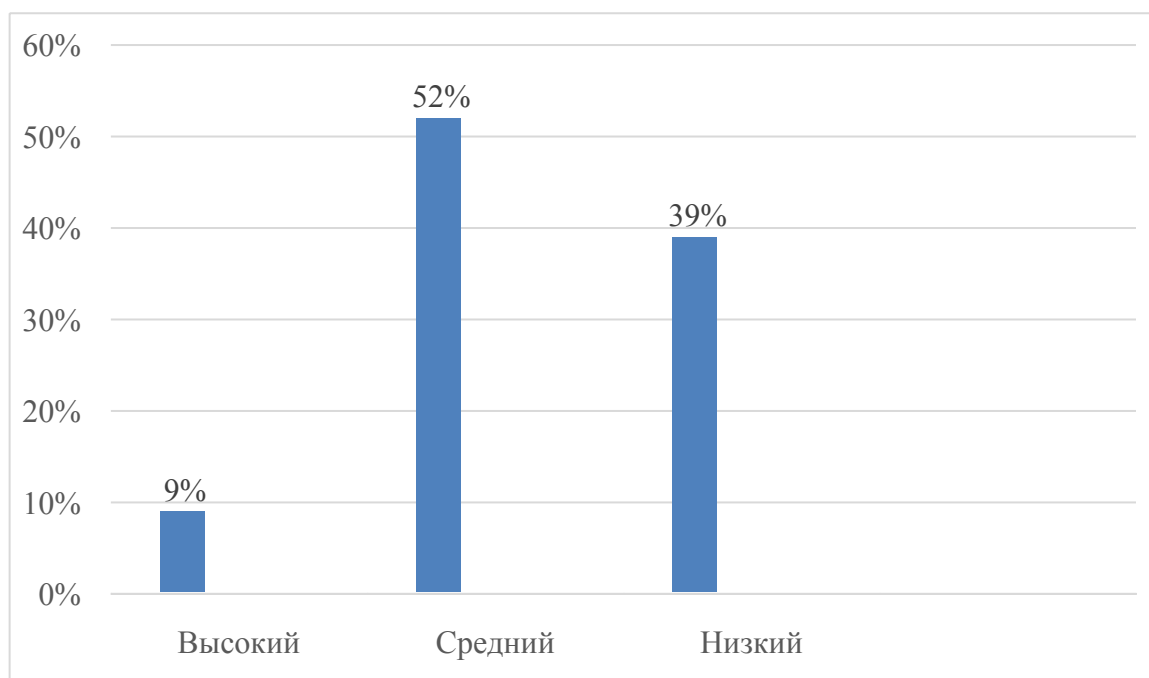


Рисунок 2 – Распределение учащихся по уровням выполнения методики «Корректурная проба»

Как видно из рисунка 2, наибольшая часть учащихся находится на среднем уровне, однако доля обучающихся с низким уровнем также остается достаточно значительной. Это позволяет сделать вывод о недостаточной устойчивости внимания и слабой сформированности волевого усилия у части младших школьников.

Результаты анкетирования

Анализ результатов анкетирования позволил выявить особенности осознания учащимися собственной деятельности и сформированности рефлексивного компонента волевой саморегуляции.

Полученные ответы показали, что не все учащиеся осознают необходимость планирования своей деятельности. Многие дети действуют ситуативно, не задумываясь о последовательности выполнения задания и не пытаясь заранее продумать свои действия.

Значительная часть учащихся отмечает, что испытывает трудности при выполнении сложных заданий. При этом некоторые из них склонны прекращать деятельность при возникновении затруднений, не

предпринимая попыток их преодоления. Это свидетельствует о недостаточной сформированности настойчивости и волевого усилия.

Также было выявлено, что учащиеся не всегда способны адекватно оценивать свои действия. Многие из них либо переоценивают свои возможности, либо, напротив, затрудняются в оценке результатов своей деятельности. Это говорит о недостаточном развитии рефлексии.

Таким образом, результаты анкетирования подтверждают данные, полученные с помощью других методик, и свидетельствуют о недостаточной сформированности внутренней регуляции деятельности у младших школьников.

Анализ результатов анкетирования показал, что высокий уровень сформированности рефлексивного компонента волевой саморегуляции был выявлен у 2 учащихся, что составляет 9 %. Средний уровень показали 12 учащихся, или 52 %. Низкий уровень был установлен у 9 учащихся, что составляет 39 % от общего числа испытуемых. В ходе исследования нами были получены и проанализированы результаты (рисунок 3).

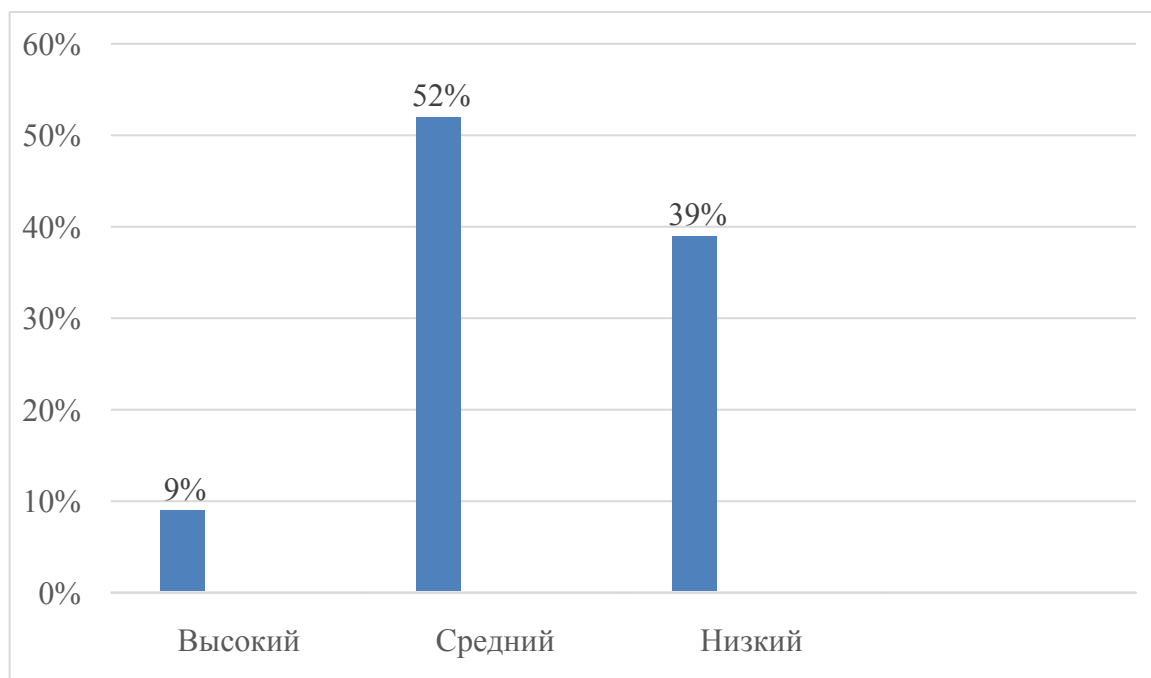


Рисунок 3 – Распределение учащихся по уровням выполнения методики «Корректирующая проба»

Данные рисунка 3 свидетельствуют о том, что у большинства учащихся рефлексивные умения находятся на среднем и низком уровнях. Это проявляется в недостаточной способности планировать собственные действия, оценивать результат работы и осознавать причины возникающих трудностей.

Обобщение результатов исследования

Для определения итогового уровня сформированности волевой саморегуляции были сопоставлены результаты всех трех диагностических методик. При этом учитывались показатели произвольного внимания, самоконтроля, устойчивости внимания, планирования, волевого усилия и рефлексии. Итоговый уровень определялся на основе преобладающего результата по совокупности методик. Если учащийся демонстрировал высокий или средний уровень по большинству диагностических показателей, он был отнесен к соответствующей группе. При выраженных трудностях по двум и более методикам уровень сформированности волевой саморегуляции определялся как низкий.

В результате обобщения диагностических данных было установлено, что высокий уровень сформированности волевой саморегуляции выявлен у 5 учащихся, что составляет 22 %. Средний уровень был определен у 10 учащихся, или 43 %. Низкий уровень выявлен у 8 учащихся, что составляет 35 %. В ходе исследования нами были получены и проанализированы результаты (рисунок 4).

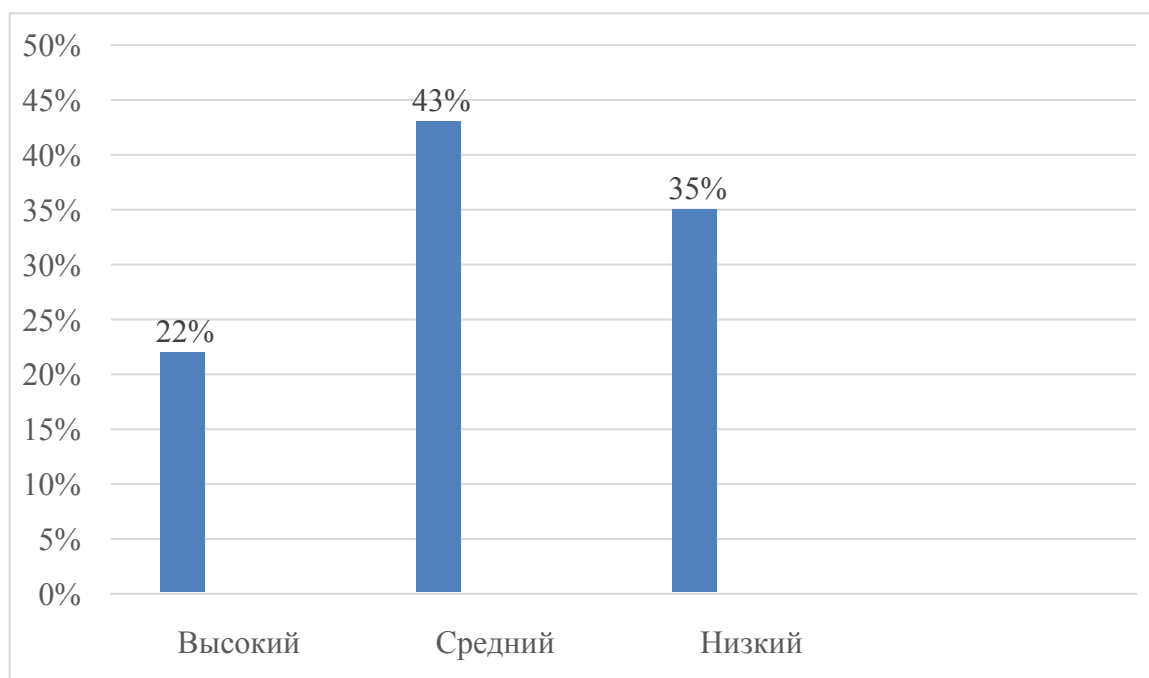


Рисунок 4 – Распределение учащихся по уровням сформированности волевой саморегуляции

Анализ показал, что выявленные трудности носят системный характер и проявляются в различных аспектах деятельности. Недостаточная устойчивость внимания сочетается с трудностями самоконтроля, а также с отсутствием сформированных навыков планирования и рефлексии. Это позволяет говорить о том, что волевая саморегуляция у большинства учащихся находится на стадии формирования.

На основе полученных данных были выделены три уровня сформированности волевой саморегуляции.

Высокий уровень характеризуется тем, что учащиеся способны осознанно организовывать свою деятельность. Они умеют удерживать цель, планировать свои действия, контролировать процесс выполнения задания и доводить его до завершения. Такие дети проявляют настойчивость и способны адекватно оценивать результаты своей работы.

Средний уровень проявляется в частичной сформированности регулятивных действий. Учащиеся способны выполнять задание, однако их деятельность отличается нестабильностью. Они могут допускать ошибки,

отвлекаться, нуждаться в помощи со стороны учителя. Самоконтроль и планирование у таких детей носят непоследовательный характер.

Низкий уровень характеризуется выраженными трудностями в организации деятельности. Учащиеся не умеют планировать свои действия, быстро теряют внимание, не контролируют процесс выполнения задания и часто отказываются от деятельности при возникновении трудностей.

Интерпретация результатов

Обобщенные результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что у большинства учащихся преобладает средний и низкий уровень сформированности волевой саморегуляции. Сводные результаты представлены в Приложении 3.

Это проявляется в неспособности длительное время удерживать цель деятельности, недостаточном развитии навыков планирования, слабом самоконтроле и неустойчивости внимания. Учащиеся испытывают трудности в организации своей деятельности и не всегда способны довести начатое дело до конца.

Выявленные особенности свидетельствуют о том, что формирование волевой саморегуляции у младших школьников требует целенаправленной педагогической работы. Особое внимание должно уделяться развитию навыков самоконтроля, планирования и преодоления трудностей.

Таким образом, результаты проведенного исследования подтверждают необходимость разработки программы внеурочной деятельности, направленной на формирование волевой саморегуляции у младших школьников.

2.2. Программа внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции младших школьников

На основе результатов исследования, представленных в пункте 2.1, была разработана программа внеурочной деятельности, направленная на формирование волевой саморегуляции у младших школьников.

Необходимость разработки программы обусловлена выявленными в ходе диагностики трудностями, связанными с недостаточной сформированностью регулятивных универсальных учебных действий. У значительной части учащихся наблюдались затруднения в удержании цели деятельности, планировании последовательности действий, осуществлении самоконтроля, а также в преодолении возникающих трудностей. Это подтверждает необходимость целенаправленной педагогической работы, ориентированной на развитие данных компонентов.

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Тропинка к своему Я»

для обучающихся 1-4 классов

Челябинск 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса «Тропинка к своему Я», реализуемого с 1 по 4 класс в рамках внеурочной деятельности, разработана на основе:

- федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО);
- федеральной образовательной программы начального общего образования (ФОП НОО).

Рабочая программа разработана на основе программы О. В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). 10-е изд. – М.: Генезис, 2025 г.

Программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» разработана с учётом актуальных требований к личностному развитию обучающихся и ориентирована на создание условий для гармоничного становления личности младшего школьника.

В современном образовательном процессе особое значение приобретает формирование у детей способности к самопознанию, осознанию собственных возможностей и места в социуме. Младший школьный возраст – важный этап в развитии самосознания: именно в этот период закладываются основы рефлексивных навыков, эмоциональной грамотности и коммуникативной компетентности, которые во многом определяют успешность дальнейшей социализации ребёнка.

Основной целью курса является формирование волевой саморегуляции младшего школьника во внеурочной деятельности, этот аспект выступает системообразующим элементом курса: через специально подобранные задания и ситуации дети научатся управлять своим поведением, эмоциями и познавательной активностью, опираясь на внутренние ориентиры и осознанные цели.

Задачи курса:

- знакомство детей с базовыми психологическими понятиями, необходимыми для самопознания и понимания окружающих;
- создание условий для осознания детьми своих возможностей, желаний и мотивов в разных сферах деятельности, стимулировать интерес к самопознанию и саморазвитию;
- формирование начальных навыков эмоциональной саморегуляции;
- способствование формированию устойчивой положительной «Я-концепции», адекватной самооценки и веры в собственные силы;
- развитие волевых качеств и навыков саморегуляции поведения: целеустремлённость, настойчивость, умение доводить начатое до конца;
- воспитание духовно-нравственных качеств личности;
- развитие коммуникативных умений;
- научить объективно оценивать свою работу и деятельность одноклассников, давать и принимать обратную связь;
- формирование установки на преодоление трудностей: научить видеть в проблемных ситуациях возможности для роста и развития, а не повод для отказа от действий;
- развитие навыков рефлексии: умение анализировать свои действия, эмоции и результаты, делать выводы и корректировать поведение;
- формирование умения самостоятельно контролировать свою учебную деятельность: ставить цели, планировать шаги для их достижения, отслеживать прогресс и вносить коррективы;
- развитие положительных личностных качеств: организованность, трудолюбие, целеустремлённость, коммуникабельность, готовность оказывать помощь сверстникам.

Для достижения заявленной цели и решения поставленных задач при конструировании содержания курса в каждом классе были выделены блоки.

Содержание в 1 классе: блок «Я – школьник»; блок «Мои чувства».

Блок *«Я – школьник»* направлен: на работу с адаптацией первоклассников к школьной жизни и принятием статуса «ученик»; на формирование позитивного отношения к школе, уверенности в себе и адекватной самооценки; на знакомство с правилами школьной жизни и нормами поведения, обучение конструктивному взаимодействию со сверстниками и учителями; на развитие произвольности, самоконтроля и эмоционально-волевой сферы, снижение школьной тревожности.

Блок *«Мои чувства»* направлен на развитие эмоциональной сферы и коммуникативных навыков школьников. Дети учатся понимать и адекватно выражать собственные эмоции, распознавать эмоциональные состояния окружающих.

Содержание во 2 классе: блок *«Я – фантазёр»*; блок *«Я и моя школа»*; блок *«Я и мои родители»*; блок *«Я и мои друзья»*.

Блок *«Я – фантазёр»* направлен на принятие статуса ученика и развить познавательный интерес через раскрытие индивидуальности и творческих способностей. В ходе занятий стимулируется воображение, развивается речь и формируется абстрактное мышление.

Блок *«Я и моя школа»*. Школьники развивают коммуникативные умения и учатся выстраивать корректные отношения с учителями и сверстниками, осваивают правила общения и этикета. Дети формируют адекватное восприятие себя и других, учатся правильно относиться к ошибкам и работать над ними.

Блок *«Я и мои родители»* создаёт условия для эмоционального комфорта и принятия своего «Я» через укрепление семейных ценностей и знакомство с историей своей семьи. Дети учатся уважительно общаться со взрослыми, развивают толерантность и понимание внутрисемейных отношений.

Блок *«Я и мои друзья»* знакомит с понятием дружбы, учит понимать эмоции и поступки окружающих, договариваться и уважать чужое мнение. Школьники осваивают навыки активного слушания и коллективной работы,

формируют адекватную самооценку на основе взаимодействия с ровесниками

Содержание в 3 классе: блок *«Умение владеть собой»*; блок *«Фантазия характеров»*; блок *«Культура общения»*; блок *«Что такое сотрудничество?»*.

Блок *«Умение владеть собой»* направлен на формирование у детей адекватной самооценки и осознания своего «Я», включая понимание социальных ролей и личностных качеств. Школьники осваивают навыки волевой саморегуляции: учатся управлять своим поведением и эмоциями, внимательно слушать собеседника и действовать по алгоритму.

Блок *«Фантазия характеров»*. Дети учатся анализировать характеры и поступки – как собственные, так и героев историй, – а также осознавать свои сильные и слабые стороны. Занятия помогают развить навыки самоанализа и самокоррекции, формируют адекватную самооценку и закладывают основы здорового образа жизни через осмысление полезных и вредных привычек.

Блок *«Культура общения»* включает правила этикета и эффективного взаимодействия с окружающими: корректно общаться независимо от пола собеседника, соблюдать нормы хорошего тона и грамотно выстраивать разговор – от его начала до завершения. Раздел помогает сформировать навыки самопрезентации и уважительного общения в разных социальных ситуациях.

Блок *«Что такое сотрудничество?»* развивает у детей навыки устной речи и коллективного взаимодействия: школьники учатся распределять роли в группах, договариваться и уважать чужое мнение. Через освоение правил активного слушания и выполнения совместных заданий формируются умения эффективно работать в команде и достигать общих целей.

Содержание в 4 классе: блок *«Мои силы, мои возможности»*; блок *«Я расту, я изменяюсь»*; блок *«Моё будущее»*; блок *«Хочу вырасти хорошим*

человеком и что для этого нужно?»; блок *«Хочу вырасти свободным человеком и что для этого нужно?»*.

Блок *«Мои силы, мои возможности»* помогает детям познакомиться с понятием «способности», исследовать свои возможности и осознать происходящие в себе изменения.

Блок *«Я расту, я изменяюсь»*. В этом блоке внимание детей обращается на процесс взросления и связанные с ним изменения в отношениях со сверстниками. Занятия создают эмоциональный комфорт, снижают школьную тревожность и помогают ребёнку осознать своё место в коллективе.

Блок *«Моё будущее»* готовит школьников к переходу в пятый класс, повышая их учебную и социальную активность. Дети осваивают навыки целеполагания и планирования, развивают эмоциональную и социальную грамотность.

В блоке *«Хочу вырасти хорошим человеком и что для этого нужно?»* школьники формируют положительное отношение к школе, учатся ставить цели, анализировать свою деятельность и преодолевать возникающие трудности. В ходе занятий дети осваивают разные способы запоминания информации, моделируют жизненные ситуации и учатся учитывать позиции других людей.

Блок *«Хочу вырасти свободным человеком и что для этого нужно?»* знакомит учащихся с правами и обязанностями школьника, помогает сформировать представление о праве на уважение и взаимосвязи «должен – имею право» в разных жизненных ситуациях. Дети учатся мирно разрешать конфликты и осознают, что нарушение прав других людей может привести к разногласиям.

Форма организации: курс реализуется с использованием групповой, парной и индивидуальной работ. Некоторые занятия могут быть проведены в библиотеке школы.

Место в учебном плане: курс осуществляется в рамках внеурочной деятельности. Форма проведения занятий: еженедельный факультатив. Общее число часов, рекомендованных для реализации курса, – 135 часов (1 час в неделю в каждом классе): в 1 классе – 33 часа, во 2–4 классах – по 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1 КЛАСС

Здравствуй, школа!

Знакомство с правилами школьной жизни. Создание атмосферы доверия и безопасности в классе. Первичное знакомство детей друг с другом. Формирование позитивного отношения к школе. Совместная работа: приветственный круг – дети по очереди называют имя и рассказывают, что им нравится делать. Практическая деятельность: составление «Кодекса дружбы» класса – коллективное обсуждение и формулирование простых правил общения («Будем помогать друг другу», «Не будем обижать»). Творческая работа: создание «Дерева дружбы» – каждый ребёнок оставляет отпечаток своей ладошки на общем плакате.

Мой класс – моя семья

Сплочение классного коллектива. Создание дружеской атмосферы в классе. Развитие навыков взаимодействия и сотрудничества. Осознание принадлежности к классу. Совместная работа: игра «Комплименты» – дети по кругу говорят друг другу добрые слова. Коллективная творческая деятельность: продолжение создания «Дерева дружбы» – дети добавляют на дерево листочки с именами одноклассников. Групповая работа: задание «Собери пазл вместе» – дети делятся на группы и собирают большие пазлы, обсуждая действия. Дискуссия: обсуждение темы «Почему класс можно назвать семьёй?».

Правила поведения на уроке, на перемене

Ознакомление с основными правилами поведения на уроке. Понимание необходимости соблюдения правил. Развитие самоконтроля и дисциплины. Обучение адекватному поведению в учебной ситуации. Беседа: обсуждение правил поведения на уроке с опорой на иллюстрации («Сиди прямо», «Поднимай руку», «Слушай учителя»). Ролевая игра: «Урок

и перемена» – дети разыгрывают ситуации правильного и неправильного поведения на уроке, педагог и дети обсуждают, что сделано верно, а что нет. Практическая работа: создание плаката «Правила нашего класса» – дети рисуют символы правил, которые затем вывешиваются в классе. Тренинг: упражнение «Повтори правило» – педагог называет правило, дети показывают действие, которое его иллюстрирует.

Как слушать учителя

Развитие умения слушать и слышать. Тренировка концентрации внимания. Формирование уважительного отношения к говорящему. Освоение приёмов активного слушания. Беседа: обсуждение, почему важно слушать учителя, что может произойти, если не слушать. Упражнения на внимание: «Повтори движение» – педагог показывает движения, дети повторяют; «Запомни и повтори» – педагог произносит цепочку слов или цифр, дети повторяют. Игра: «Слушаем внимательно» – педагог даёт сложные инструкции (например, «Возьми синий карандаш, положи его на книгу, встань у окна»), дети выполняют. Практикум: «Правила хорошего слушателя» – дети формулируют правила (сидеть спокойно, смотреть на говорящего, не перебивать), рисуют их символами.

Что такое хорошо и что такое плохо в школе?

Формирование этических представлений о хорошем и плохом поведении в школе. Развитие нравственных ориентиров и способности оценивать свои поступки. Обучение выбору конструктивных способов поведения в разных ситуациях. Профилактика негативных форм поведения в классе. Беседа: обсуждение понятий «хорошо» и «плохо» с опорой на конкретные школьные ситуации. Работа с картинками: дети рассматривают иллюстрации с разными вариантами поведения в школе и сортируют их на «хорошие» и «плохие», объясняют свой выбор. Ролевая игра: «Выбери правильный поступок» – дети разыгрывают короткие сценки и показывают, как правильно поступить. Творческое задание: создание коллажа «Хорошие

поступки в школе» – дети вырезают и наклеивают картинки или рисуют примеры правильного поведения.

Учимся работать вместе

Развитие навыков сотрудничества и взаимодействия в паре. Формирование умения договариваться и распределять обязанности. Тренировка терпения и взаимопомощи. Осознание ценности совместной работы. Обсуждение, зачем люди работают вместе, какие преимущества даёт совместная работа. Парная работа: задание «Собери картинку вместе» – каждая пара получает разрезанную картинку и должна собрать её, договариваясь и помогая друг другу. Упражнение «Построй башню» – пары строят башню из кубиков, соблюдая правило: каждый ставит только один кубик по очереди. Обсуждение опыта совместной работы – «Что было легко? Что было трудно? Как вы договаривались?».

Я контролирую себя

Развитие самоконтроля и умения управлять своим поведением. Тренировка выдержки и терпения. Освоение приёмов саморегуляции. Формирование ответственности за свои действия. Обсуждение, что значит «контролировать себя», когда это нужно в школе (на уроке, на перемене, в столовой). Игры с правилами: «Да и нет не говорите» – дети отвечают на вопросы, избегая слов «да» и «нет»; «Замри-отомри» – дети двигаются под музыку и замирают в позе, когда музыка останавливается. Тренинг самоконтроля: упражнение «Тишина» – дети сидят спокойно 1–2 минуты, стараясь не шевелиться и не разговаривать, затем делятся ощущениями. Ситуационные задачи: разбор примеров.

Мой школьный день

Закрепление знаний о школьном режиме и расписании. Развитие организованности и планирования. Формирование позитивного отношения к распорядку дня. Осознание важности режима для успешной учёбы. Обсуждение распорядка дня школьника (подъём, завтрак, дорога в школу, уроки, перемена, обед, дорога домой, отдых, уроки, сон). Составление

расписания дня с картинками: дети раскладывают карточки с изображениями действий в правильной последовательности. Игра: «Угадай, что дальше?» – педагог показывает начало дня (картинка «Проснулся»), дети по очереди добавляют следующие этапы. Творческое задание: оформление «Моего идеального школьного дня» – дети рисуют и рассказывают, как бы они хотели провести день в школе.

Какие бывают чувства?

Знакомство с базовыми эмоциями (радость, грусть, удивление, злость, страх, обида). Развитие умения распознавать эмоции у себя и других. Формирование навыка вербального обозначения эмоций. Создание позитивного настроения на изучение темы чувств. Познавательная деятельность: беседа с демонстрацией карточек с изображением разных эмоций, обсуждение, когда такие чувства возникают. Игровая деятельность: игра «Угадай эмоцию» – педагог или ребёнок изображает эмоцию, остальные угадывают. Индивидуальная творческая работа: рисование «Моё настроение сегодня» – дети выбирают цвета и формы, отражающие их текущее состояние, подписывают (или проговаривают) эмоцию. Музыкально-двигательная активность: танец под весёлую музыку с элементами мимики радости. Дыхательная гимнастика «Выдуем грусть» – медленный вдох через нос, долгий выдох через рот, представляя, что выдувается грусть. Составление «Правил примирения» – дети предлагают способы помириться, педагог помогает сформулировать кратко.

Я понимаю других

Развитие эмпатии и способности понимать эмоции других людей. Тренировка навыков наблюдения за мимикой и жестами. Формирование умения ставить себя на место другого. Воспитание чуткости и отзывчивости. Упражнение: «Угадай эмоцию» по картинкам и мимике – дети показывают эмоции, другие угадывают. Ролевая игра: «Я и другой» – дети разыгрывают ситуации с разными эмоциями (радость от подарка, грусть от потери), затем меняются ролями. Дискуссия: обсуждение, как

понять, что чувствует другой человек (по лицу, голосу, позе). Составление «Словарика чувств» – дети подбирают слова для описания эмоций (радостный, огорчённый, взволнованный).

Я умею улыбаться

Развитие позитивного отношения к себе и окружающим. Тренировка навыка улыбки как способа передачи добрых чувств. Укрепление дружеской атмосферы в группе. Осознание влияния улыбки на настроение. Игра: «Передача улыбки по кругу» – дети передают улыбку соседу, стараясь сделать её искренней. Зеркальная гимнастика: «Весёлое зеркало» – дети перед зеркалом пробуют разные улыбки (широкая, добрая, хитрая), обсуждают, какая больше нравится. Коллективное упражнение: «Лучик добра» – дети встают в круг, кладут руки на плечи соседей и улыбаются, говоря: «Я желаю тебе радости». Творческая работа: создание «Улыбчивого плаката» – дети рисуют улыбки разных форм и размеров, украшают их.

2 КЛАСС

Путешествие в страну Фантазию

Знакомство с понятием фантазии и её ролью в жизни человека. Развитие воображения через игровые задания. Стимулирование творческой активности и познавательного интереса. Формирование умения видеть необычное в привычных вещах. Познавательная деятельность: беседа «Что такое фантазия?» с примерами из сказок и жизни, демонстрация картинок с необычными образами. Игровые упражнения: «Что это может быть?» – педагог показывает абстрактные картинки или предметы необычной формы, дети придумывают, на что это похоже; «Дорисуй картинку» – детям даются листы с незаконченными линиями или фигурами, нужно дорисовать и рассказать, что получилось. Создание «Карты страны Фантазии» – коллективное рисование на большом листе бумаги с добавлением фантазийных элементов (летающие острова, говорящие деревья и т. д.).

Волшебные превращения

Развитие абстрактного мышления и воображения. Обучение преобразованию реальных образов в фантастические. Развитие речи через описание необычных образов. Тренировка ассоциативного мышления. Обсуждение, как обычные вещи могут превращаться в необычные (на примерах из сказок). Практические упражнения: «На что похоже облако?» – рассматривание картинок с облаками, придумывание ассоциаций, рисование своего облака-образа; «Преврати кляксу в животное» – дети ставят кляксы краской или тушью, затем дорисовывают их до животных, рассказывают о своих созданиях. Коллективная игра: «Волшебный мешочек» – дети на ощупь достают предметы, описывают, во что их можно превратить. Творческое задание: создание «Галереи волшебных существ» – каждый рисует фантастическое существо, даёт ему имя и описывает его способности, затем работы вывешиваются на стенд.

Сочиняем сказку вместе

Развитие творческого мышления через коллективное сочинение сказок. Формирование навыков совместной творческой деятельности. Развитие речи и словарного запаса. Освоение структуры сказки (начало, середина, конец). Обсуждение структуры сказки, элементов волшебства, примеров из знакомых сказок. Групповая работа: коллективное сочинение сказки с распределением ролей – группа 1 придумывает начало (завязку), группа 2 развивает сюжет, группа 3 придумывает концовку. Творческая презентация: каждая группа представляет свою часть сказки, затем все части соединяются в одну общую историю, которая записывается или зарисовывается.

Фестиваль фантазий

Обобщение и презентация творческих достижений блока. Развитие навыков самопрезентации и публичного выступления. Закрепление полученных знаний и умений. Создание позитивной атмосферы и мотивации к дальнейшему творчеству. Дети отбирают свои лучшие работы

за блок (рисунки, придуманные слова, сказки, правила игр), оформляют их для выставки. Выставка работ. Презентация проектов.

Правила школьной жизни и общение в школе

Повторение и закрепление правил поведения в школе. Формирование навыков корректного общения с учителями и одноклассниками. Развитие речевого этикета и вежливого общения. Создание «Кодекса ученика 2 класса». Обсуждение важности соблюдения правил для комфортной учёбы, разбор ситуаций. Групповая работа: создание «Кодекса ученика 2 класса» – дети делятся на группы, каждая группа придумывает 1–2 правила и иллюстрирует его рисунком. Игровые упражнения: «Скажи спасибо» – дети передают предмет по кругу и говорят «спасибо» разными интонациями; «Попроси вежливо» – игра с карточками, на которых написаны просьбы.

Ошибки и работа над ними

Формирование правильного отношения к ошибкам как к части обучения. Освоение алгоритма анализа и исправления ошибок. Развитие самоконтроля и ответственности за результаты. Тренировка навыков планирования времени при выполнении заданий. Обсуждение, почему люди ошибаются, что можно узнать из ошибок, примеры известных людей, которые добились успеха после неудач. Практические упражнения: «Найди и исправь ошибку» – детям даются тексты или примеры с намеренно сделанными ошибками (орфографическими, математическими), они ищут и исправляют их; «Алгоритм выполнения домашнего задания» – составление пошагового плана (открыть дневник, найти задание, прочитать условие, выполнить, проверить, убрать вещи). Творческое задание: создание «Листа работы над ошибками» – каждый ребёнок выбирает одну свою реальную ошибку (из тетради), анализирует её причину и пишет, как избежать её в будущем.

Общение и взаимопонимание в школе

Развитие навыков самопрезентации и начала разговора. Формирование корректного общения между мальчиками и девочками.

Обучение навыкам активного слушания. Укрепление дружеских отношений в классе. Упражнения на самопрезентацию: «Расскажи о себе за 1 минуту» – дети тренируются кратко и интересно рассказывать о себе. Игры на активное слушание: «Перескажи словами друга» – один ребёнок говорит фразу, другой пересказывает её своими словами. Коллективная работа: создание «Стены добрых слов» – дети пишут или рисуют комплименты и пожелания одноклассникам, размещают на стенде.

Мой прогресс и достижения

Рефлексия приобретённых навыков и знаний. Осознание личного прогресса в учёбе и общении. Развитие адекватной самооценки и мотивации к дальнейшему обучению. Презентация личных достижений. Практическая работа: создание «Листа достижений» – дети заполняют шаблон с разделами: «Я научился соблюдать школьные правила», «Я умею вежливо общаться», «Я понимаю, что ошибки – это нормально». Презентация достижений: каждый ребёнок выбирает 1–2 пункта из листа и рассказывает классу, как он это освоил, приводит примеры из жизни. Творческая работа: изготовление «Медали прогресса» – дети рисуют или делают аппликацию медали, пишут на ней своё достижение.

Моя семья – моя опора

Осознание роли семьи в жизни ребёнка. Развитие чувства защищённости и эмоциональной связи с родными. Знакомство с понятием родословной и историей семьи. Выражение эмоций через творчество. Творческая работа: рисование «Моя семья в виде животных/растений» – каждый ребёнок изображает членов семьи как животных или растения, затем объясняет выбор («Мама – как роза, красивая и заботливая», «Папа – как дуб, сильный и надёжный»). Познавательная деятельность: знакомство с понятием родословной, просмотр примеров простых генеалогических древ, объяснение терминов «бабушка», «дедушка», «прабабушка» и т. д.

Чувства и общение в семье

Развитие эмоционального интеллекта: осознание и выражение чувств к родителям. Освоение правил уважительного общения со взрослыми. Обучение конструктивным способам разрешения конфликтов. Формирование навыков извинения и примирения. Разбор ситуаций: анализ примеров семейного общения. Групповая работа: составление «Правил примирения» – дети предлагают способы помириться с родителями (обнять, сказать «прости», помочь по дому), педагог помогает сформулировать кратко и записать. Создание «Коробочки добрых слов» – дети пишут или рисуют на карточках добрые слова и фразы для родителей («Спасибо, мама», «Я тебя люблю, папа»), складывают в коробку.

Уважение и мудрость семьи

Воспитание уважения к старшим поколениям. Осознание ценности семейных традиций и мудрости предков. Развитие навыков активного слушания и осмысления советов. Укрепление связи поколений через обмен опытом. Игровое упражнение: «Мудрая пословица» – педагог читает семейные пословицы («Старый друг лучше новых двух», «Ученье – свет, а неученье – тьма»), дети объясняют их смысл и приводят примеры из жизни. Коллективная работа: создание «Дерева мудрости» – на большом листе рисуется дерево, дети пишут или рисуют на листочках советы, которые получили от старших, затем наклеивают на ветви.

Подарок для семьи

Выражение любви и благодарности членам семьи через творчество. Развитие мелкой моторики и художественных навыков. Закрепление знаний о семейных ценностях. Подготовка к презентации творческих работ. Мозговой штурм: «Идеи подарков для семьи» – дети предлагают варианты. Практическая творческая работа: изготовление открытки или поделки для членов семьи. Выставка работ: организация «Ярмарки семейных подарков» – работы размещаются на стенде с именами авторов и адресатов.

Что такое дружба?

Формирование понятия дружбы и её значимости в жизни человека. Развитие представлений о качествах настоящего друга. Воспитание доброжелательного отношения к сверстникам. Осознание ценности дружеских отношений. Составление «Словаря дружбы» – дети в группах подбирают и записывают слова, описывающие дружбу (доверие, помощь, верность, поддержка, честность, доброта и т. д.), затем все слова объединяются в общий словарь на доске. Творческое задание: создание «Портрета друга» – каждый рисует своего друга (или абстрактного друга), подписывает 3 качества, которые ценит в нём, затем работы вывешиваются на стенд «Наши друзья».

Учимся понимать и договариваться

Развитие эмпатии и умения понимать чувства других. Обучение навыкам активного слушания. Освоение способов конструктивного разрешения конфликтов. Формирование умения договариваться и находить компромиссы. Ролевые игры: «Как поделить игрушку?» – дети разыгрывают ситуацию и ищут способы поделить игрушку или договориться по очереди. Практическая работа: создание «Правил дружбы» – дети формулируют и записывают правила («Не обижай друга», «Помогай, когда просят», «Слушай внимательно»), оформляют в виде плаката.

Работа в команде

Развитие навыков коллективной работы и сотрудничества. Формирование умения распределять роли и обязанности. Тренировка навыков взаимопомощи и поддержки. Осознание ценности командной работы. Обсуждение, зачем люди работают вместе, что можно сделать в команде, чего нельзя сделать одному. Групповые задания с распределением ролей: коллективная аппликация «Город друзей» или постройка из кубиков «Замок дружбы». Анализ работы: обсуждение после выполнения задания.

Чему я научился в этом году

Обобщение знаний и навыков, полученных в течение года. Рефлексия по всем блокам программы («Я – фантазёр», «Я и моя школа», «Я и мои

родители», «Я и мои друзья»). Развитие адекватной самооценки и осознания личного прогресса. Вспоминание пройденного: игра «Вспомни занятие» – педагог показывает символы или картинки из предыдущих блоков, дети вспоминают тему и что делали. Индивидуальная работа: заполнение «Листа достижений» с разделами: «Я научился фантазировать и придумывать», «Я знаю правила школьной жизни», «Я понимаю важность семьи».

3 КЛАСС

Моё «Я»: кто я сейчас?

Принятие изменений в себе, осознание социальных ролей («ученик», «друг» и т. д.), формирование образа «Я». Беседа «Чем я стал лучше за год?». Творческая работа «Автопортрет с качествами» – рисуем себя и подписываем 3 сильных стороны и 1 качество для развития.

Управляю собой: эмоции и поведение

Освоение техник саморегуляции, развитие навыков самоконтроля, внимательного слушания. Дыхательные упражнения: «Воздушный шарик», «Свеча». Физические техники: «Сжимаем – разжимаем кулаки». Игра «Стоп-сигнал» (цвета: красный – замри, жёлтый – шагай на месте, зелёный – иди). Упражнение «Перескажи».

Действую по плану и творчески

Развитие умения действовать по алгоритму, проявление креативности в решении задач. Составление алгоритмов простых действий («Как собрать портфель»). Практическое задание «Выполни по инструкции» – работа с оригами или конструктором. Игра «Исправь ошибку в алгоритме».

Мои ценности и цели

Формирование жизненных ценностей, постановка личных целей, понимание связи между ценностями и поступками. Обсуждение «Что для меня важно?» – выделение 3–5 ценностей. Создание «Дерева ценностей» – на листочках записываем ценности и размещаем их на общем дереве. Игра

«Путь к цели» – используем карточки с препятствиями и помощниками, моделируем шаги к достижению цели.

Качества личности: узнаю себя и других

Формирование оценки качеств личности, осознание своих сильных и слабых сторон, развитие адекватной самооценки. Беседа «Какие качества помогают в жизни?». Игра «Угадай качество» – по описанию героев сказок определяем, какое качество проявляется в их поступках. Творческая работа «Портрет характера» – рисуем символ качества (доброта – солнце, терпение – черепаха и т. д.).

Поступки и их последствия

Анализ характеров и поступков героев, понимание мотивов действий, оценка последствий поступков. Игра «Цепочка последствий» – обсуждаем, что будет, если совершить тот или иной поступок. Творческое задание «Альтернативная концовка» – придумываем другой финал истории, оцениваем, как это меняет сюжет и судьбы героев. Обсуждение «Как добрый поступок меняет мир?» – приводим примеры из жизни и литературы.

Пробуем разные роли

Освоение разных социальных ролей, развитие эмпатии, понимание эмоций и поступков других людей. Ролевая игра «Я – учитель / врач / путешественник» – дети примеряют на себя разные роли, действуют и общаются в соответствии с ними. Упражнение «Встань на место другого» – анализируем ситуацию с позиции разных персонажей, обсуждаем, какие чувства и мысли могли быть у каждого.

Привычки и здоровье: мой выбор

Осознание влияния привычек на жизнь, формирование здорового образа жизни, развитие навыков самоанализа и самокоррекции. Обсуждение «Какие привычки у меня есть?» – дети делятся своими привычками, выделяют полезные и вредные. Игра «Полезные – вредные» – сортируем привычки на две группы, обосновываем выбор. Создание плаката

«Здоровый день» – отражаем режим дня, принципы питания, виды физической активности.

Правила вежливости и этикета

Освоение навыков речевого этикета, знакомство с правилами вежливого общения, формирование культуры поведения. Беседа «Зачем нужны вежливые слова?». Игра «Волшебные слова» – передаём мяч по кругу и называем вежливые фразы. Разбор ситуаций «Как попросить прощения / поблагодарить / извиниться?» – разыгрываем сценарии, обсуждаем правильные формулировки. Создание «Копилки вежливых слов» – собираем и записываем вежливые выражения, которые можно использовать в общении.

Уважительное общение

Формирование корректного общения, развитие уважительного отношения к собеседнику. Дискуссия «Чем мы похожи и чем отличаемся?» – обсуждаем индивидуальные особенности и общие черты, учимся ценить разнообразие. Ролевые игры: «Предложить помощь» – отработываем формулировки и интонации; «Попросить о совместном деле» – учимся корректно обращаться с просьбой и договариваться.

Как начать и поддержать разговор

Формирование навыков самопрезентации, освоение приёмов начала и поддержания беседы, развитие умения слушать и отвечать. Упражнение «Расскажи о себе за 30 секунд» – тренируем краткость и выразительность. Игра «Вопрос – ответ» – задаём вопросы и отвечаем на них, следим за логикой диалога. Разбор ситуаций «Как не дать разговору угаснуть?» – обсуждаем приёмы поддержания беседы (уточняющие вопросы, комментарии, примеры из жизни).

Тонкости общения: жесты, мимика, интонация

Развитие навыков невербального общения, понимание роли жестов, мимики и интонации в коммуникации, освоение правил хорошего тона. Игра «Покажи эмоцию» – без слов изображаем радость, грусть, удивление

и другие эмоции. Упражнение «Что говорит поза?» – анализируем картинки с разными позами, определяем настроение и отношение человека. Тренинг «Скажи по-разному» – произносим одну фразу с разной интонацией (радостно, грустно, строго, удивлённо), обсуждаем, как меняется смысл высказывания.

Вместе интереснее: основы сотрудничества

Знакомство с понятием «сотрудничество», осознание преимуществ совместной работы, развитие навыков речевого высказывания в устной форме. Беседа «Что значит работать вместе?» – обсуждаем примеры успешного сотрудничества, выделяем ключевые правила. Игра «Общий ритм» – выполняем синхронные хлопки или движения, чувствуем командный дух. Упражнение «Построй башню» в парах – строим из кубиков за ограниченное время, отрабатываем взаимодействие и распределение задач.

Роли в команде: кто я?

Развитие умения распределять и выполнять разные роли в группах, понимание значимости каждой роли для общего результата. Ролевая игра «Строим город» – распределяем роли (архитектор, строитель, дизайнер, контролёр), выполняем задачи в соответствии с ролью. Упражнение «Обмен ролями» – меняемся ролями в процессе работы, оцениваем, как меняется восприятие задачи. Мини-проект «Меню для праздника» – группа из 4 человек собирает идеи, оформляет меню и презентует его классу.

Учимся договариваться

Формирование умения договариваться, уважать чужое мнение, находить компромиссы, отрабатывать навыки активного слушания. Упражнение «Слушаем и повторяем» – повторяем последнюю фразу собеседника дословно, тренируем внимание и точность восприятия. Тренинг «Найди общее решение» – делим ограниченное количество материалов, ищем компромиссные варианты. Создание «Правил договорённости» – составляем и записываем 3–5 правил (например,

«Выслушивать до конца», «Предлагать варианты», «Учитывать интересы всех»), обсуждаем их важность.

Коллективное творчество: от идеи до результата

Отработка правил выполнения коллективной работы, развитие ответственности за общий результат, закрепление навыков сотрудничества. Проект «Коллаж класса» на тему «Наш дружный класс».

4 КЛАСС

Открытие своих способностей

Понятие «способности», осознание своих сильных сторон и скрытых возможностей, развитие навыков самонаблюдения, формирование представления о внутреннем мире человека как ценности. Игра «Мои таланты» – дети по очереди называют свои умения, делятся примерами, когда эти умениягодились. Упражнение «Дерево способностей» – рисуем дерево, на ветках записываем или изображаем свои способности (рисование, спорт, помощь другим и т. д.). Творческая работа «Карта внутреннего мира» – создаём карту с символами: мечты (звёзды), страхи (тучи), радости (цветы), отмечаем, что помогает преодолевать трудности.

Наблюдаю за собой и своими чувствами

Развитие навыков самонаблюдения и самоанализа, умение распознавать и описывать свои эмоции и чувства других людей, отслеживание личных изменений. Упражнение «Дневник изменений» – записываем, что нового научились делать за неделю, отмечаем успехи и небольшие трудности. Игра «Угадай эмоцию» – по карточкам с изображениями эмоций определяем, что чувствует человек, приводим примеры из жизни. Упражнение «Цвет настроения» – в начале и в конце занятия выбираем цвет, который соответствует текущему настроению, объясняем выбор.

Взросление и эмоциональный комфорт

Осознание процесса взросления как естественного, снижение уровня школьной тревожности, создание условий для эмоционального комфорта, понимание своего места среди одноклассников. Беседа «Чем я отличаюсь от себя в 1 классе?» – обсуждаем, что изменилось в знаниях, умениях, отношениях с одноклассниками. Дыхательные упражнения «Спокойный вдох» – учимся расслабляться и сосредотачиваться через дыхание. Социометрическая игра «Кого я выбираю?» – дети анонимно указывают, с кем хотели бы работать в паре или группе, затем анализируем результаты (без оглашения имён). Создание «Карты класса» – отмечаем, кто чем может помочь (кто хорошо объясняет математику, кто умеет рисовать, кто поддерживает друзей), формируем представление о взаимной поддержке.

Общение и самосознание

Обсуждение процесса общения со сверстниками, развитие самосознания, осознание своих способностей, умений и навыков, формирование уважительного отношения к окружающим. Ролевая игра «Конфликт и его решение» – разыгрываем типичные школьные ситуации, ищем способы мирного разрешения. Упражнение «Активное слушание» – отрабатываем приёмы: кивок, пересказ фразы собеседника, уточняющие вопросы. Тренинг «Как сказать „нет“» – учимся отказывать корректно, без грубости, тренируем фразы («Спасибо, но я не могу», «Я предпочитаю не участвовать»). Презентация «Мой самый ценный навык» – каждый ребёнок рассказывает о своём сильном качестве, показывает, как оно помогает в учёбе или общении, приводит пример из жизни.

Подготовка к будущему: активность и грамотность

Подготовка к переходу в 5 класс, повышение учебной и социальной активности, развитие эмоциональной и социальной грамотности. Беседа «Что изменится в 5 классе?» – обсуждаем новые предметы, учителей, расписание, выделяем, какие навыки понадобятся. Игра «Школа будущего» – придумываем, какой могла бы быть идеальная школа, рисуем или описываем её. Тренинг «Мотивация к учёбе» – составляем список причин,

зачем учиться, отмечаем личные цели. Игра «Этикет в школе» – разыгрываем ситуации (приветствие учителя, просьба о помощи, благодарность), закрепляем правила вежливого общения.

Планирование и целеполагание

Освоение правил планирования, формирование навыка постановки целей, закрепление навыков целеполагания и планирования будущего. Упражнение «Мой день по плану» – составляем расписание на день с учётом уроков, отдыха, хобби, обсуждаем, как придерживаться плана. Игра «Исправь ошибку в плане» – анализируем готовые планы с недочётами (слишком много задач, нет времени на отдых), вносим улучшения. Тренинг «Моя цель» – формулируем одну учебную и одну личную цель на месяц, записываем шаги для её достижения. Творческая работа «Карта будущего» – рисуем свои цели на год в виде карты с дорогами и остановками (например, «научиться решать задачи по математике», «прочитать 10 книг»). Презентация «Моя мечта» – рассказываем о самой важной цели, объясняем, почему она важна, что поможет её достичь.

Отношение к школе и постановка целей

Формирование положительного отношения к школе, умение формулировать цели деятельности, развитие навыков моделирования ситуаций. Обсуждение «За что я люблю школу?» – делимся воспоминаниями, отмечаем, что приносит радость (уроки, друзья, мероприятия). Игра «Школьные правила» – вспоминаем правила, обсуждаем, зачем они нужны, придумываем новые для 4 класса. Упражнение «Мой вклад в школу» – пишем или рисуем, как можно сделать школу лучше (помочь младшим, украсить класс, организовать игру). Игра «Достигни цели» – моделируем путь к учебной цели (например, получить пятёрку по чтению), отмечаем шаги и возможные трудности. Ролевые игры «Если бы...» – разыгрываем гипотетические ситуации («Если бы я был директором школы...»). Упражнение «Что будет, если...» – анализируем

последствия разных действий (если выполнять домашнее задание вовремя, если помогать одноклассникам).

Преодоление трудностей и анализ деятельности

Осознание трудностей и способы их преодоления, развитие навыков анализа своей деятельности, освоение разных способов запоминания информации, умение соотносить свою позицию с позицией других. Обсуждение «С какими трудностями я сталкиваюсь?» – делимся проблемами в учёбе и общении, ищем общие черты. Игра «Преодолей препятствие» – на примере игровых заданий (лабиринт, головоломка) отрабатываем стратегии преодоления сложностей. Упражнение «Мой способ справиться» – каждый рассказывает, как справляется с трудностями (делает перерыв, просит помощи, разбивает задачу на части). Упражнение «Посмотри моими глазами» – описываем одну ситуацию с разных точек зрения (ученик, учитель, родитель), обсуждаем различия. Дискуссия «Почему важно учитывать мнение других?» – приводим примеры, когда чужой взгляд помог найти решение.

Права, обязанности и уважение

Представление о правах и обязанностях школьника, понимание «права на уважение», осознание последствий нарушения прав других людей. Беседа «Что я имею право?», «Что я должен?» – обсуждаем права (на обучение, на отдых, на мнение) и обязанности (учиться, соблюдать правила, уважать других). Игра «Право или обязанность?» – сортируем карточки с утверждениями (например, «Учиться» – обязанность, «Быть выслушанным» – право). Создание «Декларации прав и обязанностей нашего класса» – коллективно формулируем и записываем основные положения, вывешиваем в классе. Упражнение «Стоп!» – отрабатываем фразы для защиты личных границ («Пожалуйста, не перебивай», «Мне неприятно, когда...»). Анализ ситуаций «Как поступить, если нарушено моё право на уважение?» – разбираем примеры, ищем конструктивные решения.

Свобода, ответственность и мирное разрешение конфликтов

Связь понятий «свобода» и «ответственность», освоение способов мирного разрешения конфликтов, закрепление навыков конструктивного поведения. Дискуссия «Что значит быть свободным?», «Может ли свобода быть без ответственности?» – обсуждаем примеры (свобода слова и ответственность за сказанное). Ролевые игры «Мирные переговоры» – учимся договариваться: один участник озвучивает проблему, другой предлагает решение, затем меняются ролями. Викторина «Права, обязанности, конфликты» – отвечаем на вопросы, закрепляем знания в игровой форме. Творческий проект «Мой мир: права, обязанности, уважение» – создаём коллаж или пишем рассказ о том, как эти понятия проявляются в жизни ребёнка, презентуем классу.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Гражданско-патриотическое воспитание:

- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственное воспитание:

- признание индивидуальности каждого человека;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим.

Эстетическое воспитание:

- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности;
- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- соблюдение правил здорового образа жизни и безопасного образа жизни (для себя и других людей), в том числе в информационной среде;
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью.

Трудовое воспитание:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности.

Экологическое воспитание:

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих вред природе.

Ценности научного познания:

- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании;
- первоначальные представления о научной картине мира.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические действия:

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;
- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;

- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, делать выводы.

Базовые исследовательские действия:

- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- проводить по предложенному плану несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения;
- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведённого наблюдения.

Работа с информацией:

- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- анализировать и создавать текстовую, графическую информацию в соответствии с учебной задачей;
- самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Универсальные учебные коммуникативные действия

Общение:

- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать своё мнение;
- готовить небольшие публичные выступления.

Совместная деятельность:

- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;

- оценивать свой вклад в общий результат.

Универсальные учебные регулятивные действия

Самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий.

Самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

К концу изучения курса внеурочной деятельности в 1 классе обучающийся научится:

- овладевать основными видами речевой деятельности;
- формировать положительную мотивацию к систематическому слушанию художественной литературы и произведений устного народного творчества;
- овладевать элементарными умениями анализа текста на доступном уровне: понимать содержание текста, формулировать простые выводы;
- формировать первоначальные представления о социальных объектах как компонентах единого мира (класс, школа, семья);
- развивать умения описывать и сравнивать изученные социальные ситуации и явления, выделяя их существенные признаки (на примере правил поведения в школе, взаимодействия в коллективе);
- понимать простейшие причинно-следственные связи в окружающем мире;

- приобретать опыт проведения несложных наблюдений в окружающей среде (наблюдение за эмоциями, реакциями сверстников в разных ситуациях);
- формировать навыки безопасного поведения в школе (на уроке, на перемене, в столовой);
- анализировать и давать нравственную оценку поступкам, отвечать за них (на примерах школьных ситуаций);
- знать общепринятые в российском обществе нормы морали, отношений и поведения людей, основанные на российских традиционных духовных ценностях (доброжелательность, уважение, взаимопомощь);
- соотносить поведение и поступки человека с основными нормами российской светской (гражданской) этики;
- проявлять открытость к сотрудничеству, готовность оказывать помощь, осуждать любые случаи унижения человеческого достоинства;
- приобретать опыт практической преобразовательной деятельности при выполнении учебно-познавательных и художественно-конструкторских задач;
- формировать умение безопасного пользования необходимыми инструментами в предметно-преобразующей деятельности;
- взаимодействовать со сверстниками в игровых заданиях и игровой деятельности, соблюдая правила честной игры;
- применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности;
- создавать устные связные монологические высказывания объёмом 2–3 фразы с опорой на картинку или образец;
- воспринимать на слух и понимать речь учителя и одноклассников в процессе общения на уроке (короткие инструкции, простые фразы вежливого общения);
- овладевать фонетическими навыками: правильно произносить изученные слова и фразы, соблюдать интонацию в приветствиях и просьбах.

2 КЛАСС

К концу изучения курса внеурочной деятельности во 2 классе обучающийся научится:

- овладевать основными видами речевой деятельности;
- определять основную мысль воспринимаемого текста и задавать вопросы по услышанному;
- строить устные монологические высказывания;
- соблюдать нормы речевого этикета в ситуациях учебного и бытового общения;
- понимать содержание предлагаемого текста;
- находить информацию, заданную в тексте в явном виде;
- создавать небольшие тексты по соответствующей возрасту тематике (в рамках письменной речи);
- овладевать элементарными умениями анализа текста;
- развивать логическое и алгоритмическое мышление;
- формировать первоначальные представления о социальных объектах как компонентах единого мира;
- развивать умения описывать и сравнивать изученные социальные ситуации и явления, выделяя их существенные признаки;
- понимать простейшие причинно-следственные связи;
- формировать навыки здорового и безопасного образа жизни, включая соблюдение правил поведения в школе;
- анализировать и давать нравственную оценку поступкам;
- знать общепринятые в российском обществе нормы морали, отношений и поведения людей, основанные на российских традиционных духовных ценностях;
- соотносить поведение и поступки человека с основными нормами российской светской (гражданской) этики;

- проявлять открытость к сотрудничеству, готовность оказывать помощь, осуждать любые случаи унижения человеческого достоинства;
- объяснять значение слов «дружба», «уважение», «прощение», «взаимопомощь»;
- приобретать опыт практической преобразовательной деятельности при выполнении учебно-познавательных и художественно-конструкторских задач;
- применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности;
- воспринимать на слух и понимать речь учителя и одноклассников в процессе общения на уроке;
- овладевать фонетическими навыками: правильно произносить изученные слова и фразы, соблюдать интонацию в приветствиях, просьбах, описаниях.

3 КЛАСС

К концу изучения курса внеурочной деятельности во 2 классе обучающийся научится:

- овладевать основными видами речевой деятельности;
- овладевать элементарными умениями анализа и интерпретации текста;
- развивать логическое и алгоритмическое мышление;
- формировать первоначальные представления о социальных ролях и отношениях, осознавать свою роль в коллективе;
- понимать влияние привычек на жизнь человека, формировать основы здорового образа жизни;
- развивать умения описывать и сравнивать изученные явления, выделяя их существенные признаки;

- анализировать и давать нравственную оценку поступкам, отвечать за них;
- знать общепринятые в российском обществе нормы морали, отношений и поведения людей, основанные на российских традиционных духовных ценностях;
- соотносить поведение и поступки человека с основными нормами российской светской (гражданской) этики;
- проявлять открытость к сотрудничеству, готовность оказывать помощь, осуждать любые случаи унижения человеческого достоинства;
- объяснять значение слов «ценность», «цель», «самооценка», «эмпатия», «сотрудничество», «компромисс»;
- овладевать технологическими приёмами ручной обработки материалов;
- развивать мелкую моторику и координацию движений;
- осваивать простые техники саморегуляции и самоконтроля через физические упражнения и дыхательные практики;
- применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности (в т. ч. во время динамических пауз и подвижных игр);
- воспринимать на слух и понимать речь учителя и одноклассников в процессе общения на уроке;
- овладевать фонетическими навыками: правильно произносить изученные слова и фразы, соблюдать интонацию в приветствиях, просьбах, описаниях, выражении эмоций;
- использовать изученные лексические единицы и речевые клише в ситуациях повседневного общения.

4 КЛАСС

К концу изучения курса внеурочной деятельности во 2 классе обучающийся научится:

- овладевать основными видами речевой деятельности;
- определять основную мысль высказывания;
- задавать уточняющие вопросы;
- участвовать в диалоге, соблюдая нормы речевого этикета;
- овладевать элементарными умениями анализа и интерпретации текста;
- выделять и обсуждать нравственные аспекты произведений и жизненных ситуаций;
- овладевать техникой смыслового чтения вслух;
- развивать логическое и алгоритмическое мышление;
- приобретать опыт работы с информацией, представленной в разных формах;
- планировать последовательность действий и оценивать результат;
- развивать навыки анализа данных: обрабатывать результаты социометрической игры;
- формировать первоначальные представления о социальных ролях и отношениях, осознавать свою роль в школе и обществе;
- развивать умения описывать и сравнивать изученные явления, выделяя их существенные признаки;
- понимать простейшие причинно-следственные связи;
- анализировать и давать нравственную оценку поступкам, отвечать за них;
- знать общепринятые в российском обществе нормы морали, отношений и поведения людей, основанные на российских традиционных духовных ценностях;
- соотносить поведение и поступки человека с основными нормами российской светской (гражданской) этики;

- проявлять открытость к сотрудничеству, готовность оказывать помощь, осуждать любые случаи унижения человеческого достоинства;
- объяснять значение слов «свобода», «ответственность», «уважение», «право», «обязанность», «конфликт», «компромисс»;
- приобретать опыт практической преобразовательной деятельности при выполнении учебно-познавательных и художественно-конструкторских задач;
- развивать мелкую моторику и координацию;
- взаимодействовать со сверстниками в игровых заданиях и игровой деятельности, соблюдая правила честной игры;
- осваивать простые техники саморегуляции и самоконтроля через физические и дыхательные упражнения;
- применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности;
- развивать координацию и чувство ритма;
- вести диалог этикетного характера объёмом 5–6 фраз со стороны каждого собеседника;
- воспринимать на слух и понимать речь учителя и одноклассников в процессе общения на уроке;
- овладевать фонетическими навыками: правильно произносить изученные слова и фразы, соблюдать интонацию в приветствиях, просьбах, описаниях, выражении эмоций;
- использовать изученные лексические единицы и речевые клише в ситуациях повседневного общения.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Блок «Я – школьник»					
1.1	Здравствуй, школа!	2	Знакомство с правилами школьной жизни. Создание атмосферы доверия и безопасности в классе. Первичное знакомство детей друг с другом. Формирование позитивного отношения к школе.	Совместная работа: приветственный круг: дети по очереди называют имя и что им нравится делать. Практическая деятельность: составление «Кодекса дружбы» класса – коллективное обсуждение и формулирование простых правил общения («Будем помогать друг другу», «Не будем обижать»)). Творческая работа: создание «Дерева дружбы» – каждый ребёнок оставляет отпечаток своей ладошки на общем плакате.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5363/start/167842/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5093/start/167863/ https://resh.edu.ru/special-course/1/29 https://examen-media.ru/products/
1.2	Мой класс – моя семья	2	Сплочение классного коллектива. Создание дружеской атмосферы в классе. Развитие навыков взаимодействия и сотрудничества. Осознание	Совместная работа: игра «Комплименты» – дети по кругу говорят друг другу добрые слова. Коллективная творческая деятельность: создание «Дерева дружбы» (продолжение) – дети	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5365/start/167915/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4224/start/190437/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4224/start/190439/

			принадлежности к классу.	добавляют на дерево листочки с именами одноклассников. Групповая работа: задание «Собери пазл вместе» – дети делятся на группы и собирают большие пазлы, обсуждая действия. Дискуссия: обсуждение темы «Почему класс можно назвать семьёй?».	
1.3	Правила поведения на уроке, перемене на на	3	Ознакомление с основными правилами поведения на уроке. Понимание необходимости соблюдения правил. Развитие самоконтроля и дисциплины. Обучение адекватному поведению в учебной ситуации.	Беседа: обсуждение правил поведения на уроке с опорой на иллюстрации («Сиди прямо», «Поднимай руку», «Слушай учителя»). Ролевая игра: «Урок и перемена» – дети разыгрывают ситуации правильного и неправильного поведения на уроке, педагог и дети обсуждают, что сделано верно, а что нет. Практическая работа: создание плаката «Правила нашего класса» – дети рисуют символы правил, которые затем вывешиваются в классе. Тренинг: упражнение «Повтори правило» – педагог называет правило, дети показывают действие,	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5094/start/190458/

				которое его иллюстрирует.	
1.4	Как слушать учителя	1	Развитие умения слушать и слышать. Тренировка концентрации внимания. Формирование уважительного отношения к говорящему. Освоение приёмов активного слушания.	Беседа: обсуждение, почему важно слушать учителя, что может произойти, если не слушать. Упражнения на внимание: «Повтори движение» – педагог показывает движения, дети повторяют; «Запомни и повтори» – педагог произносит цепочку слов/цифр, дети повторяют. Игра: «Слушаем внимательно» – педагог даёт сложные инструкции (например, «Возьми синий карандаш, положи его на книгу, встань у окна»), дети выполняют. Практикум: «Правила хорошего слушателя» – дети формулируют правила (сидеть спокойно, смотреть на говорящего, не перебивать), рисуют их символами.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5095/conspect/168041/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5096/start/190479/
1.5	Что такое хорошо и что такое плохо в школе?	2	Формирование этических представлений о хорошем и плохом поведении в школе. Развитие нравственных ориентиров и способности оценивать	Беседа: обсуждение понятий «хорошо» и «плохо» с опорой на конкретные школьные ситуации. Работа с картинками: дети рассматривают иллюстрации с разными вариантами	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4230/conspect/170487/

			свои поступки. Обучение выбору конструктивных способов поведения в разных ситуациях. Профилактика негативных форм поведения в классе.	поведения в школе и сортируют их на «хорошие» и «плохие», объясняют свой выбор. Ролевая игра: «Выбери правильный поступок»: дети разыгрывают короткие сценки и показывают, как правильно поступить. Творческое задание: создание коллажа «Хорошие поступки в школе»: дети вырезают и наклеивают картинки или рисуют примеры правильного поведения.	
1.6	Учимся работать вместе	3	Развитие навыков сотрудничества и взаимодействия в паре. Формирование умения договариваться и распределять обязанности. Тренировка терпения и взаимопомощи. Осознание ценности совместной работы.	Обсуждение, зачем люди работают вместе, какие преимущества даёт совместная работа. Парная работа: задание «Собери картинку вместе»: каждая пара получает разрезанную картинку и должна собрать её, договариваясь и помогая друг другу. Упражнение «Построй башню»: пары строят башню из кубиков, соблюдая правило: каждый ставит только один кубик по очереди. Обсуждение опыта	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4230/conspect/170487/

				совместной работы – «Что было легко? Что было трудно? Как вы договаривались?».	
1.7	Я контролирую себя	1	Развитие самоконтроля и умения управлять своим поведением. Тренировка выдержки и терпения. Освоение приёмов саморегуляции. Формирование ответственности за свои действия.	Обсуждение, что значит «контролировать себя», когда это нужно в школе (на уроке, на перемене, в столовой). Игры с правилами: «Да и нет не говорите»: дети отвечают на вопросы, избегая слов «да» и «нет»; «Замри-отомри»: дети двигаются под музыку и замирают в позе, когда музыка останавливается. Тренинг самоконтроля: упражнение «Тишина»: дети сидят спокойно 1-2 минуты, стараясь не шевелиться и не разговаривать, затем делятся ощущениями. Ситуационные задачи: разбор примеров.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4230/conspect/170487/ https://primary.mgpu.ru/?video=origami-koshka-iz-bumagi
1.8	Мой школьный день	2	Закрепление знаний о школьном режиме и расписании. Развитие организованности и планирования. Формирование позитивного отношения к распорядку дня.	Обсуждение распорядка дня школьника (подъём, завтрак, дорога в школу, уроки, перемена, обед, дорога домой, отдых, уроки, сон). Составление расписания дня с картинками: дети раскладывают карточки с изображениями действий в	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4228/conspect/170847/

			Осознание важности режима для успешной учёбы.	правильной последовательности. Игра: «Угадай, что дальше?»: педагог показывает начало дня (картинка «Проснулся»), дети по очереди добавляют следующие этапы. Творческое задание: оформление «Моего идеального школьного дня» дети рисуют и рассказывают, как бы они хотели провести день в школ.	
Итого по разделу		16			
Раздел 2. Блок «Мои чувства»					
2.1	Какие бывают чувства?	9	Знакомство с базовыми эмоциями (радость, грусть, удивление, злость, страх, обида). Развитие умения распознавать эмоции у себя и других. Формирование навыка вербального обозначения эмоций. Создание позитивного настроения на изучение темы чувств.	Познавательная деятельность: беседа с демонстрацией карточек с изображением разных эмоций, обсуждение, когда такие чувства возникают. Игровая деятельность: игра «Угадай эмоцию»: педагог или ребёнок изображает эмоцию, остальные угадывают. Индивидуальная творческая работа: рисование «Моё настроение сегодня»: дети выбирают цвета и формы, отражающие их текущее состояние, подписывают (или проговаривают) эмоцию.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5366/conspect/190499/

				Музыкально-двигательная активность: танец под весёлую музыку с элементами мимики радости. Дыхательная гимнастика «Выдуем грусть»: медленный вдох через нос, долгий выдох через рот, представляя, что выдувается грусть. Составление «Правил примирения»: дети предлагают способы помириться, педагог помогает сформулировать кратко.	
2.2	Я понимаю других	3	Развитие эмпатии и способности понимать эмоции других людей. Тренировка навыков наблюдения за мимикой и жестами. Формирование умения ставить себя на место другого. Воспитание чуткости и отзывчивости.	Упражнение: «Угадай эмоцию» по картинкам и мимике – дети показывают эмоции, другие угадывают. Ролевая игра: «Я и другой» – дети разыгрывают ситуации с разными эмоциями (радость от подарка, грусть от потери), затем меняются ролями. Дискуссия: обсуждение, как понять, что чувствует другой человек (по лицу, голосу, позе). Составление «Словарика чувств» – дети подбирают слова для описания эмоций (радостный, огорчённый, взволнованный).	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5366/conspect/190499/

2.3	Я умею улыбаться	3	Развитие позитивного отношения к себе и окружающим. Тренировка навыка улыбки как способа передачи добрых чувств. Укрепление дружеской атмосферы в группе. Осознание влияния улыбки на настроение.	Игра: «Передача улыбки по кругу»: дети передают улыбку соседу, стараясь сделать её искренней. Зеркальная гимнастика: «Весёлое зеркало»: дети перед зеркалом пробуют разные улыбки (широкая, добрая, хитрая), обсуждают, какая больше нравится. Коллективное упражнение: «Лучик добра»: дети встают в круг, кладут руки на плечи соседей и улыбаются, говоря: «Я желаю тебе радости». Творческая работа: создание «Улыбчивого плаката»: дети рисуют улыбки разных форм и размеров, украшают их.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5096/start/190479/
Итого по разделу		15			
Резервные часы		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33			

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Блок «Я – фантазёр»					
1.1	Путешествие в страну Фантазию	2	Знакомство с понятием фантазии и её ролью в жизни человека. Развитие воображения через игровые задания. Стимулирование творческой активности и познавательного интереса. Формирование умения видеть необычное в привычных вещах.	Познавательная деятельность: беседа «Что такое фантазия?» с примерами из сказок и жизни, демонстрация картинок с необычными образами. Игровые упражнения: «Что это может быть?»: педагог показывает абстрактные картинки или предметы необычной формы, дети придумывают, на что это похоже; «Дорисуй картинку»: детям даются листы с незаконченными линиями/фигурами, нужно дорисовать и рассказать, что получилось. Создание «Карты страны Фантазии» – коллективное рисование на большом листе бумаги с добавлением фантазийных элементов (летающие острова, говорящие деревья и т. д.).	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5368/conspect/218983/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4311/conspect/219010/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5971/conspect/219037/
1.2	Волшебные превращения	2	Развитие абстрактного мышления и воображения.	Обсуждение, как обычные вещи могут превращаться в необычные (на примерах из сказок). Практические упражнения:	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5972/conspect/31086/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4312/conspect/219870/

			Обучение преобразованию реальных образов в фантастические. Развитие речи через описание необычных образов. Тренировка ассоциативного мышления.	«На что похоже облако?»: рассматривание картинок с облаками, придумывание ассоциаций, рисование своего облака образа; «Преврати кляксу в животное» – дети ставят кляксы краской/тушью, затем дорисовывают их до животных, рассказывают о своих созданиях. Коллективная игра: «Волшебный мешочек»: дети на ощупь достают предметы, описывают, во что их можно превратить. Творческое задание: создание «Галереи волшебных существ»: каждый рисует фантастическое существо, даёт ему имя и описывает его способности, затем работы вывешиваются на стенд.	https://primary.mgpu.ru/?video=otkrytka-mundir
1.3	Сочиняем сказку вместе	2	Развитие творческого мышления через коллективное сочинение сказок. Формирование навыков совместной творческой деятельности. Развитие речи и словарного запаса. Освоение структуры сказки (начало, середина, конец).	Обсуждение структуры сказки, элементов волшебства, примеров из знакомых сказок. Групповая работа: коллективное сочинение сказки с распределением ролей: группа 1 - придумывает начало (завязку); группа 2 - развивает сюжет; группа 3 - придумывает концовку; Творческая презентация: каждая группа представляет свою часть сказки, затем все части	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5367/conspect/220135/

				соединяются в одну общую историю, которая записывается или зарисовывается.	
1.4	Фестиваль фантазий	2	Обобщение и презентация творческих достижений блока. Развитие навыков самопрезентации и публичного выступления. Закрепление полученных знаний и умений. Создание позитивной атмосферы и мотивации к дальнейшему творчеству.	Дети отбирают свои лучшие работы за блок (рисунки, придуманные слова, сказки, правила игр), оформляют их для выставки. Выставка работ. Презентация проектов.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5367/conspect/220135/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5367/conspect/220135/
Итого по разделу		8			
Раздел 2. Блок «Я и моя школа»					
2.1	Правила школьной жизни и общение в школе	2	Повторение и закрепление правил поведения в школе. Формирование навыков корректного общения с учителями и одноклассниками. Развитие речевого этикета и вежливого общения. Создание «Кодекса ученика 2 класса».	Обсуждение важности соблюдения правил для комфортной учёбы, разбор ситуаций. Групповая работа: создание «Кодекса ученика 2 класса» – дети делятся на группы, каждая группа придумывает 1–2 правила и иллюстрирует его рисунком. Игровые упражнения: «Скажи спасибо» – дети передают предмет по кругу и говорят	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5369/conspect/220224/ https://examen-media.ru/products/

				«спасибо» разными интонациями; «Попроси вежливо» – игра с карточками, на которых написаны просьбы.	
2.2	Ошибки и работа над ними	2	Формирование правильного отношения к ошибкам как к части обучения. Освоение алгоритма анализа и исправления ошибок. Развитие самоконтроля и ответственности за результаты. Тренировка навыков планирования времени при выполнении заданий.	Обсуждение, почему люди ошибаются, что можно узнать из ошибок, примеры известных людей, которые добились успеха после неудач. практические упражнения: «Найди и исправь ошибку» – детям даются тексты или примеры с намеренно сделанными ошибками (орфографическими, математическими), они ищут и исправляют их; «Алгоритм выполнения домашнего задания» – составление пошагового плана (открыть дневник, найти задание, прочитать условие, выполнить, проверить, убрать вещи). Творческое задание: создание «Листа работы над ошибками» – каждый ребёнок выбирает одну свою реальную ошибку (из тетради), анализирует её причину и пишет, как избежать её в будущем.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5369/conspect/220224/
2.3	Общение и взаимопонимание в школе	3	Развитие навыков самопрезентации и начала разговора.	Упражнения на самопрезентацию: «Расскажи о себе за 1 минуту» –	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5973/conspect/220251/

			Формирование корректного общения между мальчиками и девочками. Обучение навыкам активного слушания. Укрепление дружеских отношений в классе.	дети тренируются кратко и интересно рассказывать о себе. Игры на активное слушание: «Перескажи словами друга» – один ребёнок говорит фразу, другой пересказывает её своими словами. Коллективная работа: создание «Стены добрых слов» – дети пишут или рисуют комплименты и пожелания одноклассникам, размещают на стенде.	
2.4	Мой прогресс и достижения	3	Рефлексия приобретённых навыков и знаний. Осознание личного прогресса в учёбе и общении. Развитие адекватной самооценки и мотивации к дальнейшему обучению. Презентация личных достижений.	Практическая работа: создание «Листа достижений» – дети заполняют шаблон с разделами: «Я научился соблюдать школьные правила»; «Я умею вежливо общаться»; «Я понимаю, что ошибки – это нормально». Презентация достижений: каждый ребёнок выбирает 1-2 пункта из листа и рассказывает классу, как он это освоил, приводит примеры из жизни. Творческая работа: изготовление «Медали прогресса» – дети рисуют или делают аппликацию медали, пишут на ней своё достижение.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4313/conspect/220278/
Итого по разделу		10			
Раздел 3. Блок «Я и мои родители»					
3.1	Моя семья –	2	Осознание роли семьи	Творческая работа: рисование	https://resh.edu.ru/subject/les

	моя опора		в жизни ребёнка. Развитие чувства защищённости и эмоциональной связи с родными. Знакомство с понятием родословной и историей семьи. Выражение эмоций через творчество.	«Моя семья в виде животных/растений»: каждый ребёнок изображает членов семьи как животных или растения, затем объясняет выбор («Мама – как роза, красивая и заботливая», «Папа – как дуб, сильный и надёжный»). Познавательная деятельность: знакомство с понятием родословной, просмотр примеров простых генеалогических древ, объяснение терминов «бабушка», «дедушка», «прабабушка» и т. д.	son/4314/conspect/130705/https://resh.edu.ru/subject/lesson/5975/conspect/220489/
3.2	Чувства и общение в семье	2	Развитие эмоционального интеллекта: осознание и выражение чувств к родителям. Освоение правил уважительного общения со взрослыми. Обучение конструктивным способам разрешения конфликтов. Формирование навыков извинения и примирения.	Разбор ситуаций: анализ примеров семейного общения. Групповая работа: составление «Правил примирения» – дети предлагают способы помириться с родителями (обнять, сказать «прости», помочь по дому), педагог помогает сформулировать кратко и записать. Создание «Коробочки добрых слов» – дети пишут/рисуют на карточках добрые слова и фразы для родителей («Спасибо, мама», «Я тебя люблю, папа»), складывают в коробку.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5976/conspect/220516/https://resh.edu.ru/subject/lesson/5370/conspect/220543/
3.3	Уважение и мудрость семьи	2	Воспитание уважения к старшим поколениям.	Игровое упражнение: «Мудрая пословица» – педагог читает семейные пословицы («Старый	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5977/conspect/220570/https://resh.edu.ru/subject/les

			Осознание ценности семейных традиций и мудрости предков. Развитие навыков активного слушания и осмысления советов. Укрепление связи поколений через обмен опытом.	друг лучше новых двух», «Ученье – свет, а неученье – тьма»), дети объясняют их смысл и приводят примеры из жизни. Коллективная работа: создание «Дерева мудрости» – на большом листе рисуется дерево, дети пишут/рисуют на листочках советы, которые получили от старших, затем наклеивают на ветви.	son/5978/conspect/220661/
3.4	Подарок для семьи	2	Выражение любви и благодарности членам семьи через творчество. Развитие мелкой моторики и художественных навыков. Закрепление знаний о семейных ценностях. Подготовка к презентации творческих работ.	Мозговой штурм: «Идеи подарков для семьи» – дети предлагают варианты. Практическая творческая работа: изготовление открытки/поделки для членов семьи. Выставка работ: организация «Ярмарки семейных подарков» – работы размещаются на стенде с именами авторов и адресатов.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6429/conspect/220722/
Итого по разделу		8			
Раздел 4. Блок «Я и мои друзья»					
4.1	Что такое дружба?	2	Формирование понятия дружбы и её значимости в жизни человека. Развитие представлений о качествах настоящего	Составление «Словаря дружбы» – дети в группах подбирают и записывают слова, описывающие дружбу (доверие, помощь, верность, поддержка, честность, доброта и т.д.), затем все слова	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5367/conspect/220135/

			друга. Воспитание доброжелательного отношения к сверстникам. Осознание ценности дружеских отношений.	объединяются в общий словарь на доске. Творческое задание: создание «Портрета друга» – каждый рисует своего друга (или абстрактного друга), подписывает 3 качества, которые ценит в нём, затем работы вывешиваются на стенд «Наши друзья».	
4.2	Учимся понимать и договариваться	1	Развитие эмпатии и умения понимать чувства других. Обучение навыкам активного слушания. Освоение способов конструктивного разрешения конфликтов. Формирование умения договариваться и находить компромиссы.	Ролевые игры: «Как поделить игрушку?» – дети разыгрывают ситуацию и ищут способы поделить игрушку или договориться по очереди. Практическая работа: создание «Правил дружбы» – дети формулируют и записывают правила («Не обижай друга», «Помогай, когда просят», «Слушай внимательно»), оформляют в виде плаката.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4312/conspect/219870/
4.3	Работа в команде	2	Развитие навыков коллективной работы и сотрудничества. Формирование умения распределять роли и обязанности. Тренировка навыков взаимопомощи и поддержки. Осознание ценности	Обсуждение, зачем люди работают вместе, что можно сделать в команде, чего нельзя сделать одному. Групповые задания с распределением ролей: коллективная аппликация «Город друзей»; вариант 2: постройка из кубиков «Замок дружбы».	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5976/conspect/220516/

			командной работы.	Анализ работы: обсуждение после выполнения задания.	
4.4	Чему я научился в этом году	1	Обобщение знаний и навыков, полученных в течение года. Рефлексия по всем блокам программы («Я – фантазёр», «Я и моя школа», «Я и мои родители», «Я и мои друзья»).	Вспоминание пройденного: игра «Вспомни занятие» – педагог показывает символы или картинки из предыдущих блоков, дети вспоминают тему и что делали. Индивидуальная работа: заполнение «Листа достижений» с разделами: «Я научился фантазировать и придумывать»; «Я знаю правила школьной жизни»; «Я понимаю важность семьи»; «Я умею дружить и работать в команде»;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4314/conspect/130705/
Итого по разделу		6			
Резервные часы		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Блок «Умение владеть собой»					
1.1	Моё «Я»: кто я сейчас?	2	Принятие изменений в себе, осознание социальных ролей («ученик», «друг» и т.д.), формирование образа «Я».	Беседа «Чем я стал лучше за год?». Творческая работа «Автопортрет с качествами» (рисуем себя и подписываем 3 сильных стороны + 1 качество для развития).	https://academy- content.apkpro.ru/ru/lesson/ https://m.edsoo.ru/f3ad7b53 https://resh.edu.ru/subject/le sson/5597/conspect/220769/
1.2	Управляю собой: эмоции и поведение	2	Освоение техник саморегуляции, развитие навыков самоконтроля, внимательного слушания.	Дыхательные упражнения («Воздушный шарик», «Свеча»). Физические техники («Сжимаем – разжимаем кулаки»). Игра «Стоп-сигнал» (цвета: красный – замри, жёлтый – шагай на месте, зелёный – иди), упражнение «Перескажи».	https://m.edsoo.ru/ff47253d https://resh.edu.ru/subject/le sson/5597/conspect/220769/ https://m.edsoo.ru/392b516b https://resh.edu.ru/subject/le sson/5597/conspect/220769/ https://m.edsoo.ru/1e3a2238 https://resh.edu.ru/subject/le sson/5597/conspect/220769/
1.3	Действую по плану и творчески	2	Развитие умения действовать по алгоритму, проявление креативности в решении задач.	Составление алгоритмов простых действий («Как собрать портфель»). Практическое задание «Выполни по инструкции» (оригами/конструктор). Игра «Исправь ошибку в алгоритме».	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5597/conspect/220769/ https://m.edsoo.ru/8b6fa2b8 https://m.edsoo.ru/fd488e23 https://resh.edu.ru/subject/le sson/5600/start/220804/ https://m.edsoo.ru/5cd91ec6 https://resh.edu.ru/subject/le

					sson/4508/start/220777/ https://m.edsoo.ru/47e1aff3
1.4	Мои ценности и цели	2	Формирование жизненных ценностей, постановка личных целей, понимание связи между ценностями и поступками.	Обсуждение «Что для меня важно?» (3-5 ценностей). Создание «Дерева ценностей» (листочки с ценностями). Игра «Путь к цели» (карточки с препятствиями и помощниками).	https://m.edsoo.ru/a6ba6648 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4044/conspect/220925/
Итого по разделу		8			
Раздел 2. Блок «Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений»					
2.1	Качества личности: узнаю себя и других	2	Формирование оценки качеств личности, осознание своих сильных и слабых сторон, развитие адекватной самооценки.	Беседа «Какие качества помогают в жизни?». Игра «Угадай качество» (по описанию героев сказок). Творческая работа «Портрет характера» (рисуем символ качества: доброта – солнце, терпение – черепаха).	https://m.edsoo.ru/83469117
2.2	Поступки и их последствия	2	Анализ характеров и поступков героев, понимание мотивов действий, оценка последствий поступков.	Игра «Цепочка последствий» (что будет, если...). Творческое задание «Альтернативная концовка» (придумываем другой финал истории). Обсуждение «Как добрый поступок меняет мир?».	
2.3	Пробуем разные роли	2	Освоение разных социальных ролей, развитие эмпатии, понимание эмоций и	Ролевая игра «Я – учитель / врач / путешественник». Упражнение «Встань на место другого» (анализ ситуации с	https://m.edsoo.ru/8681b289 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4467/conspect/222923/ https://m.edsoo.ru/c12616ff

			поступков других людей.	позиции разных персонажей).	https://m.edsoo.ru/effebe13 https://m.edsoo.ru/89c1256f https://resh.edu.ru/subject/lesson/5593/conspect/221146/
2.4	Привычки и здоровье: мой выбор	2	Осознание влияния привычек на жизнь, формирование здорового образа жизни, развитие навыков самоанализа и самокоррекции.	Обсуждение «Какие привычки у меня есть?». Игра «Полезные – вредные» (сортируем привычки). Создание плаката «Здоровый день» (режим, питание, спорт).	https://m.edsoo.ru/3deb85b3 https://m.edsoo.ru/9d15b8a2 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4036/start/220953/ https://m.edsoo.ru/1351b576 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4036/start/220953/ https://m.edsoo.ru/ff1aafd4
Итого по разделу		8			
Раздел 3. Блок «Культура общения»					
3.1	Правила вежливости и этикета	2	Освоение навыков речевого этикета, знакомство с правилами вежливого общения, формирование культуры поведения.	Беседа «Зачем нужны вежливые слова?». Игра «Волшебные слова» (передаём мяч и называем вежливые фразы). Разбор ситуаций «Как попросить прощения/поблагодарить/извиниться?». Создание «Копилки вежливых слов».	https://m.edsoo.ru/de7ee21d https://m.edsoo.ru/1ba5a28c https://resh.edu.ru/subject/lesson/4510/start/221066/
3.2	Уважительное общение	2	Формирование корректного общения, развитие уважительного отношения к собеседнику.	Дискуссия «Чем мы похожи и чем отличаемся?». Ролевые игры «Предложить помощь» и «Попросить о совместном деле».	https://m.edsoo.ru/38549dee https://resh.edu.ru/subject/lesson/4510/start/221066/ https://m.edsoo.ru/681bf2c7 https://m.edsoo.ru/458f57fe https://m.edsoo.ru/84e4b279
3.3	Как начать и	2	Формирование	Упражнение «Расскажи о себе	https://m.edsoo.ru/cff814c7

	поддержать разговор		навыков самопрезентации, освоение приёмов начала и поддержания беседы, развитие умения слушать и отвечать.	за 30 секунд». Игра «Вопрос – ответ» (тренируем умение поддерживать диалог). Разбор ситуаций «Как не дать разговору угаснуть?».	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5595/conspect/221904/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4470/conspect/222277/ https://m.edsoo.ru/3f7661d5 https://m.edsoo.ru/3d6f26ee
3.4	Тонкости общения: жесты, мимика, интонация	2	Развитие навыков невербального общения, понимание роли жестов, мимики и интонации в коммуникации, освоение правил хорошего тона.	Игра «Покажи эмоцию» (без слов изображаем радость, грусть, удивление). Упражнение «Что говорит поза?» (анализируем картинки с разными позами). Тренинг «Скажи по-разному» (произносим одну фразу с разной интонацией).	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4434/start/222305/
Итого по разделу		8			
Раздел 4. Блок «Что такое сотрудничество?»					
4.1	Вместе интереснее: основы сотрудничества	1	Знакомство с понятием «сотрудничество», осознание преимуществ совместной работы, развитие навыков речевого высказывания в устной форме.	Беседа «Что значит работать вместе?». Игра «Общий ритм» (синхронные хлопки/движения). Упражнение «Построй башню» в парах (из кубиков за ограниченное время).	https://m.edsoo.ru/1351b576 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4036/start/220953/ https://m.edsoo.ru/ff1aafd4
4.2	Роли в команде: кто я?	1	Развитие умения распределять и выполнять разные роли в группах,	Ролевая игра «Строим город» (роли: архитектор, строитель, дизайнер, контролёр). Упражнение «Обмен ролями»	https://m.edsoo.ru/effebe13 https://m.edsoo.ru/89c1256f https://resh.edu.ru/subject/lesson/5593/conspect/221146/

			понимание значимости каждой роли для общего результата.	(меняемся ролями в процессе работы). Мини-проект «Меню для праздника» (группа из 4 человек: сбор идей, оформление, презентация).	https://m.edsoo.ru/df8d6ba
4.3	Учимся договариваться	2	Формирование умения договариваться, уважать чужое мнение, находить компромиссы, отрабатывать навыки активного слушания.	Упражнение «Слушаем и повторяем» (повторяем последнюю фразу собеседника дословно). Тренинг «Найди общее решение» (делим ограниченное количество материалов). Создание «Правил договорённости» (составляем и записываем 3-5 правил).	https://m.edsoo.ru/fd488e23 https://resh.edu.ru/subject/lesson/5600/start/220804/ https://m.edsoo.ru/5cd91ec6 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4508/start/220777/
4.4	Коллективное творчество: от идеи до результата	2	Отработка правил выполнения коллективной работы, развитие ответственности за общий результат, закрепление навыков сотрудничества.	Проект «Коллаж класса» (тема: «Наш дружный класс»): планирование (что изобразим?), распределение задач, выполнение, презентация.	https://m.edsoo.ru/392b516b https://resh.edu.ru/subject/lesson/5597/conspect/220769/ https://m.edsoo.ru/1e3a2238
Итого по разделу		6			
Резервные часы		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Блок «Мои силы, мои возможности»					
1.1	Открытие своих способностей	3	Понятие «способности», осознание своих сильных сторон и скрытых возможностей, развитие навыков самонаблюдения, формирование представления о внутреннем мире человека как ценности.	Игра «Мои таланты» (дети по очереди называют свои умения). Упражнение «Дерево способностей» (рисует дерево, на ветках – наши способности). Творческая работа «Карта внутреннего мира» (символы: мечты, страхи, радости).	https://m.edsoo.ru/f8856b48 https://m.edsoo.ru/a6315725
1.2	Наблюдаю за собой и своими чувствами	3	Развитие навыков самонаблюдения и самоанализа, умение распознавать и описывать свои эмоции и чувства других людей, отслеживание личных изменений.	Упражнение «Дневник изменений» (записываем, что нового научились делать за неделю). Игра «Угадай эмоцию» (по карточкам). Упражнение «Цвет настроения» (выбираем цвет для текущего настроения).	https://m.edsoo.ru/51ae2bf7 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4562/conspect/173990/ https://m.edsoo.ru/1b8b254f
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Блок «Я расту, я изменяюсь»					
2.1	Взросление и эмоциональный комфорт	3	Осознание процесса взросления как естественного, снижение уровня школьной тревожности, создание условий для	Беседа «Чем я отличаюсь от себя в 1 классе?». Дыхательные упражнения «Спокойный вдох». Социометрическая игра «Кого я выбираю?».	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5725/conspect/222331/ https://m.edsoo.ru/7a6f4dbf

			эмоционального комфорта, понимание своего места среди одноклассников.	Создание «Карты класса» (кто чем может помочь).	
2.2	Общение и самосознание	3	Обсуждение процесса общения со сверстниками, развитие самосознания, осознание своих способностей, умений и навыков, формирование уважительного отношения к окружающим.	Ролевая игра «Конфликт и его решение». Упражнение «Активное слушание». Тренинг «Как сказать «нет»». Презентация «Мой самый ценный навык».	https://m.edsoo.ru/17cf8415 https://m.edsoo.ru/78214bb9 https://m.edsoo.ru/a85ac69b https://m.edsoo.ru/3dd1d598 https://m.edsoo.ru/bc7f8cf4
Итого по разделу		6			
Раздел 3. Блок «Моё будущее»					
3.1	Подготовка к будущему: активность и грамотность	3	Подготовка к переходу в 5 класс, повышение учебной и социальной активности, развитие эмоциональной и социальной грамотности.	Беседа «Что изменится в 5 классе?». Игра «Школа будущего». Тренинг «Мотивация к учёбе». Игра «Этикет в школе».	https://m.edsoo.ru/62262cdb https://resh.edu.ru/subject/lesson/4568/conspect/222787/ https://m.edsoo.ru/9deebc23
3.2	Планирование и целеполагание	3	Освоение правил планирования, формирование навыка постановки целей, закрепление навыков целеполагания и планирования будущего.	Упражнение «Мой день по плану». Игра «Исправь ошибку в плане». Тренинг «Моя цель». Творческая работа «Карта будущего» (рисуем свои цели на год). Презентация «Моя мечта».	https://m.edsoo.ru/5d6498c9 https://m.edsoo.ru/1fb8f29d
Итого по разделу		6			

Раздел 4. Блок «Хочу вырасти хорошим человеком и что для этого нужно?»					
4.1	Отношение к школе и постановка целей	4	Формирование положительного отношения к школе, умение формулировать цели деятельности, развитие навыков моделирования ситуаций.	Обсуждение «За что я люблю школу?». Игра «Школьные правила». Упражнение «Мой вклад в школу». Игра «Достигни цели». Ролевые игры «Если бы...». Упражнение «Что будет, если...».	https://m.edsoo.ru/89d962ce https://m.edsoo.ru/e8436574 https://m.edsoo.ru/418ca357
4.2	Преодоление трудностей и анализ деятельности	4	Осознание трудностей и способы их преодоления, развитие навыков анализа своей деятельности, освоение разных способов запоминания информации, умение соотносить свою позицию с позицией других.	Обсуждение «С какими трудностями я сталкиваюсь?». Игра «Преодолей препятствие». Упражнение «Мой способ справиться». Упражнение «Посмотри моими глазами» (описываем одну ситуацию с разных точек зрения). Дискуссия «Почему важно учитывать мнение других?».	https://m.edsoo.ru/981b1295 https://m.edsoo.ru/9614ca7e https://m.edsoo.ru/c43b1761
Итого по разделу		8			
Раздел 5. Блок «Хочу вырасти свободным человеком и что для этого нужно?»					
5.1	Права, обязанности и уважение	3	Представление о правах и обязанностях школьника, понимание «права на уважение», осознание последствий нарушения прав других людей.	Беседа «Что я имею право?», «Что я должен?». Игра «Право или обязанность?» (сортировка карточек). Создание «Декларации прав и обязанностей нашего класса». Упражнение «Стоп!» (отрабатываем фразы для защиты границ). Анализ ситуаций «Как поступить, если нарушено моё право на	https://m.edsoo.ru/67ebb2db https://m.edsoo.ru/47afa6eb

				уважение?»).	
5.2	Свобода, ответственность и мирное разрешение конфликтов	3	Связь понятий «свобода» и «ответственность», освоение способов мирного разрешения конфликтов, закрепление навыков конструктивного поведения.	Дискуссия «Что значит быть свободным?», «Может ли свобода быть без ответственности?». Ролевые игры «Мирные переговоры». Викторина «Права, обязанности, конфликты». Творческий проект «Мой мир: права, обязанности, уважение» (коллаж или рассказ).	https://m.edsoo.ru/9219bcf3 https://m.edsoo.ru/17985885 https://m.edsoo.ru/9f7bdf5f
Итого по разделу		6			
Резервные часы		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

Выводы по 2 главе

Во второй главе были рассмотрены практические аспекты формирования волевой саморегуляции у младших школьников, включающие проведение диагностического исследования и разработку программы внеурочной деятельности, направленной на развитие регулятивных универсальных учебных действий.

В ходе констатирующего этапа исследования был проведён анализ уровня сформированности волевой саморегуляции у учащихся младшего школьного возраста. Для получения объективных данных был использован комплекс диагностических методик, направленных на изучение различных компонентов саморегуляции, включая произвольное внимание, самоконтроль, планирование и рефлекссию (см. Приложение А).

Результаты исследования показали, что у значительной части учащихся наблюдается недостаточный уровень сформированности волевой саморегуляции. Это проявляется в трудностях удержания учебной задачи, недостаточной способности к планированию деятельности, слабом развитии самоконтроля, неустойчивости внимания, а также в затруднениях при преодолении трудностей и доведении начатой деятельности до завершения. Учащиеся нередко допускают ошибки, не всегда осуществляют их самостоятельную проверку и испытывают трудности в оценке собственных действий.

Обобщение полученных данных позволило установить преобладание среднего и низкого уровней сформированности волевой саморегуляции, что подтверждает необходимость целенаправленного педагогического воздействия. Данные результаты согласуются с теоретическими положениями, представленными в первой главе, а также подтверждают выводы, сделанные в ходе выполнения курсовой работы.

Выявленные особенности послужили основанием для определения направлений педагогической работы, ориентированной на развитие волевой

саморегуляции. В качестве приоритетных были выделены формирование навыков самоконтроля, развитие способности к планированию деятельности, повышение устойчивости внимания, а также формирование настойчивости и рефлексивных умений.

На основе результатов диагностики была разработана программа внеурочной деятельности, направленная на формирование волевой саморегуляции у младших школьников. Программа построена с учетом возрастных особенностей обучающихся, требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, а также современных психолого-педагогических подходов к развитию регулятивных универсальных учебных действий [1, 4, 5, 9, 10]. Методической основой программы послужили положения, представленные в программе внеурочной деятельности, разработанной на основе пособия О. В. Хухлаевой, адаптированные с учетом целей данного исследования [14].

Содержание программы выстроено по принципу постепенного усложнения и охватывает основные компоненты волевой саморегуляции. Особенностью разработанной программы является её ориентация не только на общее личностное развитие учащихся, но и на целенаправленное формирование способности к саморегуляции деятельности.

В процессе разработки программы были определены эффективные методы и формы работы, включающие беседу, игровые методы, практические и творческие задания, а также рефлексивные упражнения. Их использование обеспечивает активное включение учащихся в деятельность, требующую проявления внимания, самоконтроля, планирования и волевого усилия. Сочетание групповой, парной и индивидуальной форм работы позволяет учитывать индивидуальные особенности обучающихся и создавать условия для постепенного перехода от внешней регуляции к внутренней.

Система заданий, реализуемых в рамках программы, направлена на развитие всех основных компонентов волевой саморегуляции. Задания на выполнение инструкции и удержание внимания способствуют формированию самоконтроля, упражнения на составление последовательности действий – развитию планирования, а задания, требующие преодоления трудностей, – формированию волевой устойчивости. Включение рефлексивных элементов обеспечивает развитие способности к анализу собственной деятельности и формированию адекватной самооценки.

Таким образом, разработанная программа представляет собой целостный педагогический инструмент, основанный на результатах диагностики и направленный на преодоление выявленных трудностей. Ее содержание и структура обеспечивают комплексное развитие волевой саморегуляции у младших школьников и создают условия для формирования у них способности к осознанной организации собственной деятельности.

В целом можно сделать вывод о том, что цель исследования, заключающаяся в разработке программы внеурочной деятельности по формированию волевой саморегуляции у младших школьников, достигнута. Поставленные задачи решены: проведено диагностическое исследование, выявлены особенности сформированности волевой саморегуляции, определены направления педагогической работы и разработана программа, направленная на их реализацию.

Полученные результаты имеют практическую значимость и могут быть использованы в образовательном процессе начальной школы, а также в деятельности учителей и педагогов-психологов, работающих с младшими школьниками.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведённое исследование было посвящено изучению проблемы формирования волевой саморегуляции у младших школьников и разработке программы внеурочной деятельности, направленной на развитие данного качества в условиях начального общего образования. Актуальность выбранной темы обусловлена возрастающими требованиями современной школы к уровню самостоятельности обучающихся, их способности осознанно организовывать собственную деятельность, планировать действия, контролировать результаты работы и преодолевать возникающие трудности.

Теоретический анализ психолого-педагогической литературы позволил установить, что волевая саморегуляция представляет собой сложное интегративное личностное образование, обеспечивающее сознательную организацию поведения и деятельности ребёнка в соответствии с поставленными целями и требованиями ситуации. В структуре волевой саморегуляции выделяются взаимосвязанные компоненты, включающие целеполагание, планирование, контроль, коррекцию, рефлекссию и волевое усилие, обеспечивающее преодоление препятствий на пути достижения результата.

В ходе исследования было подтверждено, что младший школьный возраст является сензитивным периодом для формирования волевой саморегуляции. Именно в этот возрастной этап закладываются основы произвольного поведения, развивается способность действовать по правилу, формируются предпосылки внутреннего плана действий, самоконтроля, самооценки и рефлексии. Вместе с тем особенности данного возраста обуславливают недостаточную устойчивость регулятивных процессов, зависимость поведения от внешней поддержки и необходимость специально организованного педагогического сопровождения.

Теоретический анализ также показал, что внеурочная деятельность обладает значительным потенциалом для формирования волевой саморегуляции младших школьников. Благодаря вариативности содержания, практической направленности, возможности организации совместной, игровой, проектной и творческой деятельности она создает благоприятные условия для включения детей в ситуации, требующие целеполагания, планирования, самоконтроля, распределения усилий, преодоления трудностей и оценки результатов собственной деятельности.

В рамках практической части исследования был проведён диагностирующий этап, направленный на выявление уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников. Анализ результатов диагностики показал, что у значительной части обучающихся преобладают средний и низкий уровни сформированности исследуемого качества. Наиболее выраженные затруднения были выявлены в области удержания цели деятельности, самостоятельного планирования, осуществления самоконтроля, своевременной коррекции ошибок и сохранения волевого усилия при возникновении трудностей.

Полученные диагностические данные подтвердили необходимость организации целенаправленной педагогической работы по развитию волевой саморегуляции у младших школьников и послужили основанием для разработки программы внеурочной деятельности, ориентированной на поэтапное формирование основных компонентов саморегуляции.

Разработанная программа построена с учетом возрастных особенностей младших школьников, требований федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и современных психолого-педагогических подходов к развитию регулятивной сферы личности. Содержание программы включает систему упражнений, заданий и форм работы, направленных на развитие самоконтроля, навыков планирования, волевой устойчивости, рефлексии и способности к осознанной организации собственной деятельности.

Таким образом, цель исследования достигнута: разработана программа внеурочной деятельности, направленная на формирование волевой саморегуляции у младших школьников. Все поставленные задачи исследования решены в полном объёме.

Теоретическая значимость исследования заключается в систематизации и уточнении научных представлений о сущности, структуре и возрастной специфике волевой саморегуляции младших школьников, а также в обосновании педагогического потенциала внеурочной деятельности как пространства её формирования.

Практическая значимость работы определяется возможностью использования разработанной программы и представленных методических материалов в деятельности учителей начальных классов, педагогов-психологов и иных специалистов системы образования при организации внеурочной работы, направленной на развитие регулятивных универсальных учебных действий обучающихся.

В целом результаты проведённого исследования подтверждают, что формирование волевой саморегуляции у младших школьников требует специально организованной, системной и педагогически выверенной работы, а внеурочная деятельность при целенаправленном проектировании её содержания и методов может выступать эффективным средством развития данного качества в условиях современной начальной школы.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Асмолов А. Г. Системно-деятельностный подход к разработке стандартов нового поколения / А. Г. Асмолов // Педагогика. – 2009. – № 4. – 18–22 с.
2. Безруких М. М. Возрастная физиология и психофизиология / М. М. Безруких. – Москва : Академия, 2013. – 416 с.
3. Выготский Л. С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – Москва : Смысл, 2005. – 1136 с.
4. Григорьева Е. В. Особенности формирования произвольного поведения у детей младшего школьного возраста / Е. В. Григорьева // Вестник образования. – 2020. – № 3. – 34–38 с.
5. Давыдов В. В. Теория развивающего обучения / В. В. Давыдов. – Москва : Интеллект-центр, 2004. – 544 с.
6. Донских Н. В. Формирование регулятивных универсальных учебных действий у младших школьников / Н. В. Донских // Начальная школа. – 2019. – № 5. – 12–16 с.
7. Истратова О. Н. Практикум по детской психокоррекции. Игры, упражнения, техники / О. Н. Истратова. – Москва : Феникс, 2019 – 352 с.
8. Клепинина З. А. Развитие саморегуляции у младших школьников / З. А. Клепинина // Педагогика. – 2018. – № 7. – 45–49 с.
9. Ключко В. Е. Саморегуляция мышления и её формирование / В. Е. Ключко. – Караганда : Изд-во КГУ, 1987 – 94 с.
10. Конопкин О. А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития // Вопросы психологии. – 2004 – № 2 – 127– 135 с.
11. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности / О. А. Конопкин. – Москва : Наука, 1980. – 256 с.
12. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. – Москва : Просвещение, 2014. – 24 с.

13. Лазарева О. Н. Формирование самоконтроля у младших школьников / О. Н. Лазарева // Начальная школа плюс До и После. – 2017. – № 6. – 21–25 с.
14. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : Политиздат, 1977. – 304 с.
15. Лупанова Е. П. Самоконтроль у младших школьников и его развитие в учебной деятельности / Е. П. Лупанова // Народное образование. – 2020 – 44–46 с.
16. Люблинская А. А. Детская психология / А. А. Люблинская. – Москва : Просвещение, 1971. – 415 с.
17. Макаренко А. С. Педагогическая поэма / А. С. Макаренко. – Москва : Правда, 1987. – 512 с.
18. Матюхина М. В. Возрастная и педагогическая психология / М. В. Матюхина. – Москва : Просвещение, 2004. – 256 с.
19. Моросанова В. И. Психология саморегуляции / В. И. Моросанова. – Москва : Нестор–история, 2012 – 280 с.
20. Моросанова В. И. Самосознание и саморегуляция поведения / В. И. Моросанова. – Москва : Институт психологии РАН, 2017 - 214 с.
21. Осницкий А. К. Регуляторный опыт, субъективная активность и самостоятельность человека / А. К. Осницкий // Психологические исследования. 2009 – №5 (7). 142-151 с.
22. Осницкий А. К. Саморегуляция деятельности школьника / А. К. Осницкий. – Москва : Педагогика, 1991. – 160 с.
23. Павлов И. П. Избранные произведения / Акад. И. П. Павлов. – Москва : [б. и.], 1949 – 538 с.
24. Парыгин, Б. П. Анатомия общения: учебное пособие / Б. П. Парыгин. – Москва : Изд-во Михайлова В. А., 1999 – 301 с.
25. Петровский А. В. Основы теоретической психологии / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Москва : Издательский Дом «Инфра-М», 2017 – 528 с.

26. Рубинштейн С. Т. Самосознание личности и ее жизненный путь / С. Т. Рубинштейн. – Москва : Изд-во МГУ, 2010 – 216 с.
27. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии [Текст] / С. Л. Рубинштейн. – СПб : Издательство «Питер», 2012 – 712 с.
28. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года : распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р. – Москва, 2015.
29. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям / В. А. Сухомлинский. – Москва : Просвещение, 1977. – 384 с.
30. Ушинский К. Д. Избранные педагогические сочинения / К. Д. Ушинский. – Москва : Педагогика, 1988. – 416 с.
31. Федосеева Е. С. Формирование личностной саморегуляции младших школьников в условиях партнерских отношений со сверстниками: дис. кан. пед. наук : 13.00.01 / Е. С. Федосеева ; Волгоградский гос. пед. ун-т. – Волгоград, 2016 – 172 с.
32. Фельдштейн Д. И. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов / Д. И. Фельдштейн. – М., 2015 – 523 с.
33. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / Министерство просвещения Российской Федерации. – Москва : Просвещение, 2021. – 30 с.
34. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Электронный ресурс] / Министерство просвещения Российской Федерации. – М., 2021. – URL: <https://base.garant.ru/400907193/53f89421bbdaf741eb2d1ecc4ddb4c33/> (дата обращения: 22.04.26).
35. Хухлаева О. В. Тропинка к своему Я : уроки психологии в начальной школе (1–4 классы) / О. В. Хухлаева. – Москва : Генезис, 2016. – 208 с.
36. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии / И. И. Чеснокова; АН СССР, Ин-т психологии. – Москва : Наука, 1977 – 45 с.

37. Шагивалеева Г. Р. Основы психической саморегуляции: учебное пособие / Г. Р. Шагивалеева, В. Р. Бильданова. – Елабуга : Изд-во ЕГПУ, 2016 – 41 с.

38. Эльконин Д. Б. Психологическое развитие в детских возрастах: Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – Воронеж : Ин-т практич. психологии; МОДЭК, 2007 – 416 с.

39. Эльконин Д. Б. Психология обучения младшего школьника / Д. Б. Эльконин. – Москва : Академия, 2007. – 384 с.

Диагностические методики исследования

В данном приложении представлены диагностические методики, использованные в ходе исследования уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников. Комплекс методик был подобран с учетом возрастных особенностей учащихся и направлен на выявление различных компонентов саморегуляции, включая произвольное внимание, самоконтроль, планирование и рефлекссию.

Методика 1. «Графический диктант».

Методика «Графический диктант» направлена на диагностику уровня сформированности произвольного внимания и навыков самоконтроля у младших школьников. Она позволяет выявить способность учащихся воспринимать и удерживать инструкцию, действовать в соответствии с заданной последовательностью, а также контролировать правильность выполнения задания.

Методика проводится в индивидуальной или фронтальной форме. Учащимся предлагается выполнить графическое задание на листе бумаги в клетку, ориентируясь на устные указания педагога.

Инструкция для учащихся:

«Сейчас мы будем выполнять задание на внимание. У каждого из вас есть лист в клетку. Найдите на листе точку, с которой начнём работу. Я буду диктовать вам, куда нужно провести линию: вверх, вниз, вправо или влево, и на сколько клеток. Ваша задача – внимательно слушать и точно выполнять все указания. Старайтесь не отвлекаться и не спешить. Если вы ошиблись, не стирайте, а продолжайте выполнять задание дальше».

Пример задания:

Начальная точка задаётся учителем.

Далее учащимся предлагается последовательность команд (например: вправо на 2 клетки, вверх на 1 клетку и т.д.).

Оценка результатов:

Оценивается точность выполнения задания, количество ошибок, способность удерживать инструкцию и наличие самоконтроля.

Высокий уровень характеризуется точным выполнением задания и минимальным количеством ошибок.

Средний уровень – наличием отдельных неточностей.

Низкий уровень – значительным количеством ошибок и нарушением последовательности действий.

Методика 2. «Корректирующая проба».

Методика «Корректирующая проба» используется для диагностики устойчивости внимания, работоспособности и самоконтроля. Она позволяет определить способность учащихся длительное время концентрироваться на выполнении однообразной деятельности и сохранять точность действий.

Учащимся предлагается бланк с набором букв, среди которых необходимо находить и выделять определённый символ (например, букву «А»).

Инструкция для учащихся:

«Перед вами строки с буквами. Ваша задача – найти и зачеркнуть все буквы “А”. Работайте внимательно, старайтесь не пропускать нужные буквы и не зачеркивать лишние. Выполняйте задание до команды “стоп”».

Оценка результатов:

При анализе учитывается количество ошибок, пропусков, устойчивость темпа работы и поведение учащегося в процессе выполнения задания.

Высокий уровень проявляется в точности и устойчивости выполнения.

Средний – в наличии отдельных ошибок и снижении внимания к концу задания.

Низкий – в большом количестве ошибок и выраженной отвлекаемости.

Методика 3. Анкетирование учащихся.

Анкетирование направлено на выявление уровня сформированности рефлексивного компонента волевой саморегуляции. Оно позволяет определить, насколько учащиеся осознают свои действия, умеют планировать деятельность и оценивать её результаты.

Анкета включает простые вопросы, доступные для понимания младшими школьниками.

Пример вопросов:

- Ты всегда доводишь начатое дело до конца?
- Ты проверяешь свою работу после выполнения?
- Ты думаешь заранее, как будешь выполнять задание?
- Что ты делаешь, если у тебя не получается?

Ответы предлагаются в форме выбора (например: «да», «иногда», «нет»).

Оценка результатов:

Результаты анализируются с учетом общего количества баллов и характера ответов.

Высокий уровень характеризуется осознанным отношением к деятельности и развитой способностью к самоконтролю.

Средний уровень проявляется в непоследовательности ответов.

Низкий уровень – в отсутствии осознанного отношения к собственной деятельности.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Таблицы результатов исследования

В данном приложении представлены результаты диагностики уровня сформированности волевой саморегуляции у младших школьников, полученные в ходе констатирующего этапа исследования.

Таблица 2.1 – Результаты методики «Графический диктант»

№	Обучающийся	Количество ошибок	Уровень
1	Участник 1	1	высокий
2	Участник 2	3	средний
3	Участник 3	5	средний
4	Участник 4	7	низкий
5	Участник 5	2	высокий
6	Участник 6	6	низкий
7	Участник 7	4	средний
8	Участник 8	8	низкий
9	Участник 9	3	средний
10	Участник 10	2	высокий
11	Участник 11	6	низкий
12	Участник 12	5	средний
13	Участник 13	7	низкий
14	Участник 14	4	средний
15	Участник 15	3	средний
16	Участник 16	8	низкий
17	Участник 17	2	высокий
18	Участник 18	6	низкий
19	Участник 19	5	средний
20	Участник 20	7	низкий
21	Участник 21	3	средний
22	Участник 22	4	средний
23	Участник 23	6	низкий

Итого: 23 учащихся

Таблица 2.2 – Результаты корректурной пробы

№	Обучающийся	Количество ошибок	Уровень
1	Участник 1	2	высокий
2	Участник 2	4	средний
3	Участник 3	5	средний
4	Участник 4	9	низкий

5	Участник 5	3	средний
6	Участник 6	8	низкий

Продолжение таблицы 2.2 – Результаты корректурной пробы

7	Участник 7	4	средний
8	Участник 8	10	низкий
9	Участник 9	5	средний
10	Участник 10	3	средний
11	Участник 11	7	низкий
12	Участник 12	5	средний
13	Участник 13	8	низкий
14	Участник 14	4	средний
15	Участник 15	3	средний
16	Участник 16	9	низкий
17	Участник 17	2	высокий
18	Участник 18	7	низкий
19	Участник 19	5	средний
20	Участник 20	8	низкий
21	Участник 21	4	средний
22	Участник 22	5	средний
23	Участник 23	7	низкий

Таблица 2.3 – Результаты анкеты

№	Обучающийся	Баллы	Уровень
1	Участник 1	5	высокий
2	Участник 2	4	средний
3	Участник 3	3	средний
4	Участник 4	2	низкий
5	Участник 5	4	средний
6	Участник 6	2	низкий
7	Участник 7	3	средний
8	Участник 8	1	низкий
9	Участник 9	3	средний
10	Участник 10	4	средний
11	Участник 11	2	низкий
12	Участник 12	3	средний
13	Участник 13	2	низкий
14	Участник 14	3	средний
15	Участник 15	4	средний
16	Участник 16	1	низкий
17	Участник 17	5	высокий
18	Участник 18	2	низкий
19	Участник 19	3	средний
20	Участник 20	2	низкий
21	Участник 21	3	средний
22	Участник 22	3	средний
23	Участник 23	2	низкий

Сводная таблица уровней

Для обобщения результатов, полученных в ходе проведения диагностических методик, был проведён их сводный анализ. Это позволило определить общее распределение учащихся по уровням сформированности волевой саморегуляции.

При определении итогового уровня учитывались результаты всех использованных методик, что позволило получить более объективное представление о состоянии исследуемого качества у учащихся.

Фрагмент программы составлен на основе программы внеурочной деятельности, разработанной с опорой на пособие О. В. Хухлаевой.

Таблица 3.4 – Сводное распределение учащихся по уровням

Уровень	Количество учащихся	Процент
Высокий	5	22%
Средний	10	43%
Низкий	8	35%

Преобладание среднего уровня подтверждает недостаточную сформированность волевой саморегуляции у учащихся.