



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


ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ


**Развитие исполнительных функций у детей младшего школьного  
возраста на уроках в начальной школе**


**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Направленность программы бакалавриата  
«Начальное образование. Дошкольное образование»  
Форма обучения заочная**

Проверка на объем заимствований:  
74,5 % авторского текста

Работа рекомендована/ не рекомендована  
к защите  
«10» марта 2023 г.

Директор института  
 Гнатышина Е.А.

Выполнила:  
Студент(ка) группы ЗФ-509-072-4-1Мг  
Ситниченко Алена Дмитриевна 

Научный руководитель:  
К.п.н.,  
Уварина Н. В. 

Челябинск  
2023

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА.....	6
1.1 Характеристика понятия «исполнительные функции» .....	6
1.2 Особенности формирования исполнительных функций у детей младшего школьного возраста .....	10
Выводы по первой главе.....	18
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	20
2.1 Характеристика базы исследования.....	20
2.2 Методы и приемы развития исполнительских функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.....	27
Выводы по второй главе.....	30
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	32
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	35
ПРИЛОЖЕНИЯ 1.....	40
ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....	42

## ВВЕДЕНИЕ

Исполнительные функции – важный навык современного человека. Исполнительные функции – это когнитивные навыки, которые нам необходимы для того, чтобы контролировать и регулировать свои мысли, эмоции и действия в моменты конфликтов или под влиянием отвлекающих факторов. Психологи иногда различают «холодные» исполнительные функции, которые относятся строго к когнитивным навыкам (например, умение считать в уме) и «горячие» исполнительные функции, которые помогают регулировать эмоции (например, способность управлять гневом).

Исполнительные функции очень важны для развития ребенка. Об этом свидетельствует тот факт, что по тому, насколько у ребенка развиты исполнительные функции в раннем возрасте, можно с большой долей уверенности предположить, насколько высокой будет его успеваемость в школе, насколько он сможет адаптироваться в социуме, насколько он будет придерживаться здорового способа жизни и т. д.

Младший школьный возраст наряду со всеми другими периодами является сензитивным для развития определённых умений. Сензитивными периодами называют периоды особой восприимчивости детей к тем или иным способам и видам деятельности. Человеку никогда более не удастся так легко овладеть некоторым знанием, научиться чему-либо, как в соответствующий сензитивный период.

Сензитивным младший школьный возраст является для развития различных, в том числе, и когнитивных процессов, в которые входят и исполнительные функции. Поэтому данный период благоприятен для развития исполнительных функций у детей младшего школьного возраста.

Однако, существует проблема развития исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе, т.к. методических разработок по развитию исполнительных функций, именно на уроках, недостаточно.

Вопросами изучения исполнительных функций занимались такие специалисты как Т. В. Ахутина Э. Гольдберг, Д. Т. Стасс и Д. Ф. Бенсон.

Состав исполнительных функций рассматривали такие специалисты как М. Д. Лезак, Ж. М. Фастер, Т. Шалисе, П. Бургесс, Д. В. Лоринг, П. Раббит.

Ученные ставили перед собой **проблему** – каковы возможности уроков в начальной школе для развития исполнительных функций у детей младшего школьного возраста?

Вышеизложенное обусловило выбор **темы квалификационной работы**: «Развитие исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе».

**Объект исследования**: процесс когнитивного развития детей младшего школьного возраста.

**Предмет исследования**: развитие исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.

**Цель исследования**: теоретически изучить и разработать упражнения по развитию исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.

В соответствии с целью исследования были определены следующие **задачи**:

1. Дать общую характеристику понятия «исполнительные функции».
2. Рассмотреть особенности формирования исполнительных функций у детей младшего школьного возраста.
3. Применить методы и приемы развития исполнительских функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе
4. Разработать памятку методов и приемов по формированию исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.

Для решения поставленных задач были использованы следующие

**методы исследования:**

1. Теоретические (анализ научной литературы по проблеме исследования).
2. Эмпирические (эксперимент).
3. Методы математической обработки данных (первичная математическая обработка).

**База исследования:** исследование проводилось на базе МОУ «СОШ №41» г. Магнитогорска. В исследовании приняли участие 20 обучающихся, 4 класса.

**Структура работы:** исследование состоит из введения двух глав, выводов по главам, заключения, списка использованных источников и приложения.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ИСПОЛНИТЕЛЬНЫХ ФУНКЦИЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

## 1.1 Характеристика понятия «исполнительные функции»

Исполнительные функции позволяют человеку творчески подходить к решению задач, изменять установки и убеждения, понимать и принимать точку зрения другого человека, останавливать импульсивное движение и преодолевать автоматическую реакцию на стимул, противостоять искушениям и концентрировать внимание на выполняемой задаче, игнорируя отвлекающие факторы. Исполнительные функции – это общий термин для когнитивных процессов, которые регулируют, контролируют и управляют другими когнитивными процессами, необходимыми для изменения поведения.

Исполнительная функция – это совокупность когнитивных способностей, необходимых для контроля и саморегуляции поведения. То есть, это способности, которые позволяют нам составлять план действий, следовать ему, контролировать процесс, корректировать план и достигать поставленных целей [5].

Исполнительные функции выступают в роли буфера и позволяют обдумать имеющуюся на руках информацию, составить план поочередных действий и выбрать их дальнейшую последовательность.

Исполнительные функции – значимые способности, которые чаще всего относят к лобным долям, активируются в новых, не закрепленных в опыте ситуациях, требующих новых решений. Обычно к ним относятся: антиципация, постановка цели, планирование, контроль, а также использование обратной связи» [4]. Данное определение имеет ряд черт, схожих с современными определениями исполнительных функций. Прежде всего, это касается самого способа его построения. Так, большинство определений исполнительных функций, как правило, строятся через:

- перечисление процессов, входящих в их состав;
- указание на специфику ситуаций, где они себя проявляют;
- соотнесение с работой определенных мозговых структур.

В то же время, в большинстве определений не содержится четких критериев, отделяющих исполнительные функции от иных процессов.

Проблема отличий исполнительных функций от других психических процессов продолжает быть актуальной и сегодня. Как указывает П. Робитт, одной из проблем в выработке дифференцирующего критерия является отсутствие какой-либо специфической формы поведения, связанной именно с исполнительными функциями [4]. Такое положение вещей является следствием особой роли исполнительных функций, того, что они, по существу, представляют собой процессы регуляции (саморегуляции) поведения. Большинство авторов описывает их, как процессы высокого уровня, чья задача состоит в организации других, базовых процессов [10].

С одной стороны, они выделяются как самостоятельные функции, с другой, оказываются включенными во многие формы поведения, интегрированными в другие психические процессы [12].

Следует отметить, что, в силу отсутствия единого критерия, отделяющего исполнительные функции от других психических процессов, невозможным оказывается четко обрисовать границы содержания данного термина. Таким образом, список относимых к исполнительным функциям процессов варьирует у разных авторов.

Среди наиболее часто упоминаемых можно назвать следующие:

- постановка целей;
- планирование;
- антиципация;
- возможность гибкой смены когнитивных установок;
- торможение и контроль;

- поддержание деятельности и подавление влияния интерферирующих воздействий;

- коррекция ошибок;

- распределение ресурсов внимания.

Ряд исследователей также относит к исполнительным функциям даже рабочую память [13].

Все эти процессы в той или иной степени играют организующую (регуляторную роль) по отношению к поведению, участвуют в реализации большинства этапов целенаправленного поведенческого акта.

От его инициации:

- постановка цели;

- контроль импульсов. От его подготовки:

- антиципация;

- планирование.

До регуляции и контроля непосредственного исполнения:

- контроль;

- переключаемость;

- использование обратной связи;

- подавление интерферирующих воздействий.

История развития термина «исполнительные функции» тесным образом связана с изучением деятельности мозга, а именно, его передних отделов. Указания на мозговую локализацию исполнительных функций, на значимую роль префронтальных отделов мозга в их осуществлении, можно найти во многих работах, посвященных исполнительным функциям.

Хотя существенная роль префронтальных отделов мозга в реализации исполнительных функций не ставится под сомнение, ряд авторов предостерегают от синонимичности в употреблении терминов «исполнительные функции» и «префронтальные функции». Наиболее часто приводятся два аргумента. Первый из них заключается в том, что субстрат



исполнительных функций не ограничивается исключительно префронтальными отделами мозга. Второй связан с выделением процессов, относимых к функциям лобных долей, но не включаемых в состав исполнительных функций [6].

Наличие подобных процессов отмечается в четырехкомпонентной модели функций лобных долей, выработанной D.T. Stuss. Согласно данной модели, исполнительные функции представляют собой лишь один из четырех комплексов функций, выполняемых лобными долями (наряду с регуляцией состояний активации, эмоционально- поведенческой и метакогнитивной регуляцией) [45].

Следует отметить, что соотнесение исполнительных функций с работой головного мозга сыграло и продолжает играть значительную роль в их эмпирических исследованиях и теоретическом осмыслении.

Нарушения исполнительных функций в детском возрасте могут проявляться во множестве симптомов. Термин «исполнительная дисфункция» включает в себя ряд расстройств:

- когнитивных;
- эмоциональных;
- поведенческих.

До недавнего времени существование нарушений исполнительных функций в детском возрасте незаслуженно отвергалось. На сегодняшний день подтверждено, что развитие этих функций начинается намного раньше, чем предполагалось прежде. Было доказано, что исполнительные функции у детей обладают такой же структурой, что и у взрослых, и влияют на их качество жизни.

«Исполнительные функции» – общий термин, включающий в себя разнообразные сложные когнитивные процессы. Определить его довольно затруднительно по причине того, что исполнительные функции – это умения, связанные с контролем человека над его способностями и поведением. Они развились в ходе эволюции для выживания и

основываются на способности отслеживать текущее поведение, реакции окружающих и изменять поведение в зависимости от ситуации. В данном смысле исполнительные функции напрямую связаны со способностью человека оценивать важность и значимость ситуации, в которой он находится. Они позволяют быстро отреагировать на стимул или раздражитель на основании прошлого опыта. Они дают людям возможность планировать, организовывать, расставлять приоритеты и концентрироваться на конкретной задаче, использовать информацию и прошлый опыт для решения текущих проблем [9].

В связи с развитием взглядов на рабочую память и внимание понятие исполнительной функции начинает постепенно проясняться и формироваться. Из-за роли, которую они играют, мы можем рассматривать их как метапроцедуры. Действительно, они являются психологическим средством для трансформации знаний и создания новых смысловых контекстов и ментальных пространств.

## 1.2 Особенности формирования исполнительных функций у детей младшего школьного возраста

Исполнительные функции – это когнитивные навыки, которые нам необходимы для того, чтобы контролировать и регулировать свои мысли, эмоции и действия в моменты конфликтов или под влиянием отвлекающих факторов [30].

Психологи иногда различают «холодные» исполнительные функции, которые относятся строго к когнитивным навыкам (например, умение считать в уме) и «горячие» исполнительные функции, которые помогают регулировать эмоции (например, способность управлять гневом).

Существует три вида исполнительных функций:

1. Самоконтроль – способность сопротивляться соблазну и вместо этого поступать правильно. Самоконтроль помогает детям концентрироваться

внимание, действовать менее импульсивно и оставаться сосредоточенным, выполняя какую-либо работу.

2. Рабочая память – способность помнить информацию, предполагать, где она может быть использована, устанавливать связь между идеями и расставлять приоритеты.

3. Когнитивная гибкость – способность творчески мыслить и менять свое поведение в соответствии с меняющимися обстоятельствами. Когнитивная гибкость позволяет нам использовать воображение и креативность для решения проблем.

Исполнительные функции очень важны для развития ребенка. Об этом свидетельствует тот факт, что по тому, насколько у ребенка развиты исполнительные функции в раннем возрасте, можно с большой долей уверенности предположить, насколько высокой будет его успеваемость в школе, насколько он сможет адаптироваться в социуме, насколько он будет придерживаться здорового способа жизни и т. д.

Поэтому родителям крайне важно найти способы поддерживать развитие исполнительных функций в первые годы жизни ребенка.

Для того чтобы у ребенка полностью сформировались исполнительные функции, требуется время. Это частично объясняется медленным созреванием префронтальной коры головного мозга. Развитие исполнительных функций становится заметным, когда дети напоминают себе о важных целях (например, когда они отказываются смотреть телевизор ради того, чтобы сделать домашнее задание) [41].

Также развитие исполнительных функций наблюдается тогда, когда дети учатся анализировать окружающую среду, чтобы решить, как действовать в той или иной ситуации (например, они понимают, что необходимо выучить уроки, чтобы успешно сдать экзамен, и поэтому отказываются смотреть телевизор). Недостаточное развитие исполнительных функций может объяснить, например, почему маленькие дети кажутся упрямыми и отказываются следовать логичным

указаниям родителей (например, отказываются надевать шапку зимой). Часто исполнительные функции бывают плохо развиты у детей, выросших в бедных семьях [32].

Дети очень чувствительны к ранним эмоциональным переживаниям, которые могут мешать развитию исполнительных функций или, наоборот, способствовать ему. Например, стресс может быть настолько вредным для развития исполнительных функций ребенка, что его поведение может быть похоже на поведение ребенка с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью (поэтому детям с нарушенными исполнительными функциями часто ошибочно диагностируют СДВГ).

С другой стороны, позитивный эмоциональный опыт (например, хорошие отношения с родителями в раннем возрасте) может защитить ребенка от негативного влияния стрессовых факторов (например, трудные материальные условия семьи). Следовательно, исполнительные функции у таких детей развиваются нормально. Дети отзывчивых родителей, которые используют мягкий подход в воспитании, а не строгую дисциплину, тоже, как правило, лучше развивают свои исполнительные функции [23].

Хорошо развитые исполнительные функции приводят к высокой успеваемости в учебе, хорошо развитым социальным и эмоциональным навыкам. В младших классах исполнительные функции сильнее влияют на успеваемость ребенка, чем интеллект и умение читать или считать. Психологи предполагают, что это связано с тем, что исполнительные функции помогают ребенку ориентироваться в постоянно меняющейся среде. Поэтому их развитие особенно важно для тех детей, которые растут в неблагополучных условиях.

Отдельные исполнительные функции связаны с тем, что ребенок понимает мысли и поступки других людей. Например, ребенок понимает, что другие люди могут иметь представления о мире, отличные от его собственных. Это необходимый навык для успешного социального взаимодействия.

Преимущества хорошо развитых исполнительных функций очевидны. Ранние проблемы с развитием исполнительных функций могут сохраняться в течение всего детства и даже юности [36].

Исполнительные функции влияют на такие когнитивные способности, как когнитивная гибкость (способность адаптировать поведение и мышление к изменяющимся ситуациям), ингибция (способность контролировать импульсивные и автоматические реакции), мониторинг (способность контролировать определенную модель поведения), планирование (способность прогнозировать события), рабочая память (способность временного хранения и обработки информации), принятие решений (способность делать выбор), решение проблем (способность прийти к логическому выводу). Их количество и точные функции до сих пор являются предметом дискуссий. Предпочтение отдается тем функциям, которые хорошо определяются эмпирически и теоретически [22].

Особенности развития процессов произвольного контроля поведения являются актуальными в период младшего школьного возраста, так как играют важную роль в освоении учебной и спортивной деятельности, в рациональном познании мира посредством взаимодействия с ним и становлении личности. Опираясь на теорию системной динамической локализации высших мозговых функций А. Р. Лурия, можно говорить об отсутствии локальной связи высших мозговых функций с конкретными структурами мозга.

На сегодняшний день существуют различные подходы к нейропсихологическому тестированию. Можно условно разделить используемые тесты и методики на несколько категорий (групп), которые направлены на оценку: сенсомоторных реакций и рабочую память с применением компьютерных методик; функционального состояния центральной нервной системы, прогнозирования работоспособности по показателям простой зрительно-моторной реакции; скоростных

характеристик переработки информации или нейродинамических особенностей индивида.

Компьютерные тесты, направленные на измерение параметров времени простой и сложной сенсомоторной реакции, позволяют определить быстроту и стабильность моторно-сенсорного реагирования. В качестве стимулов используются световые и звуковые стимулы различной интенсивности.

Достоинством этих методик исследования является их объективность, поскольку они основаны на использовании современной аппаратуры [20].

Для оценки скоростных характеристик переработки информации индивидом и уровня уравновешенности, подвижности и динамичности нервной системы обычно используют тест диагностики минимальных мозговых функций Тулуз - Пьерона. Тест представлен в виде бланка, на котором изображены геометрические фигуры в десяти строчках. Задача испытуемого — вычеркнуть элементы заданной формы и подчеркнуть те из них, которые не похожи ни на один из образцов. Обследование с помощью данного теста может проводиться как групповым способом, так и индивидуально [5].

Для диагностики устойчивости внимания, возможностей его переключения, особенностей темпа деятельности используют методику корректурной пробы. При работе с корректурной пробой ребенку предлагается отыскивать и зачеркивать несколько букв. По количеству правильно зачеркнутых букв можно установить степень анализируемых показателей: темповые характеристики, параметры внимания, наличие факторов пресыщения и утомления [5].

Для оценки интеллектуального развития и потенциала обучения может использоваться интеллектуальный тест Кеттела в модификации А. Ф. Денисова и Е. Д. Дорофеева [5]. Возрастной диапазон применения методики начинается с 8 лет отдельно для мальчиков и девочек. Особенность теста заключается в возможности оценивать

биологически детерминированный врожденный компонент интеллектуального потенциала, не зависящий от влияний воспитания, образования и целенаправленного обучения [14].

Для диагностики уровня интеллектуального развития, способности к систематизированной, планомерной интеллектуальной деятельности можно использовать тест Равена «Шкала прогрессивных матриц», который позволяет получить представление о самостоятельности мышления школьника [8].

В зависимости от целей исследования, временных возможностей можно подбирать необходимые методики, ориентируясь на их практическую значимость, доступность, удобство проведения, возрастные особенности.

Существует ряд занятий, которые способствуют развитию исполнительных функций у ребенка. К таким занятиям относятся:

- музыка;
- йога;
- медитация;
- единоборства и т.д.

Важно понимать, что исполнительные функции развиваются в течение многих лет. И даже очень мотивированному ребенку бывает трудно соблюдать все указания родителей (например, не есть печенье перед обедом) или сосредотачиваться на чем-то в течение долгого времени.

Рассмотрим некоторые способы развития исполнительных функций в младшем школьном возрасте:

Играть в игры на отгадывание.

Игры на отгадывание требуют от игроков тренировать свою рабочую память и гибкое мышление, поскольку они требуют удержания в уме увеличивающегося количества деталей. Например, популярны игры с отгадыванием правил, в которые можно играть с блоками или другими

предметами разных цветов, размеров и форм, чтобы дети угадывали, какие характеристики определяют правило в данном раунде [17].

Играть в игры, которые требуют быстрой реакции.

Дети развивают навыки внимания и сдержанность, когда они играют в игры, требующие быстрого реагирования и контроля. Например, в играх Snap или Slapjack с использованием карт. Компьютерные технологии могут предложить еще более эффективные игры, такие как Fast ForWord, которые требуют быстрой реакции и тренируют ее. С помощью упражнений, одновременно развивающих когнитивные навыки, устную и письменную речь, такие технологии превращают эффективное обучение и коррекцию в увлекательную игру.

Повторять инструкции, сформулировав их разными способами.

Помогите ученикам запомнить инструкции, упростив их и сформулировав их по-разному: устно, визуально и с помощью жестов. Вы также можете разделить учеников на пары и попросить их повторять указания друг другу. Затем попросите добровольца повторить инструкции для всего класса.

Практиковать активное слушание.

Используйте аудиофайлы, чтобы дать ученикам возможность развить навыки внимательного и активного слушания. Подкасты на различные темы и радио являются прекрасными примерами бесплатных ресурсов. Подготовленный перечень вопросов по аудио-материалам может эффективно направлять внимание учеников, особенно во время более длинных звуковых фрагментов.

Составлять чек-листы.

Помогите ученикам развить навыки планирования и постановки целей, попросив их составлять чек-листы. Чек-листы могут помочь с организацией урока, распорядка недели или с планированием долгосрочного проекта. Чек-листы также помогают ученикам расставлять приоритеты таким образом, чтобы это имело для них смысл. Некоторые



ученики могут предпочесть упорядочивать задания в чек-листах по сложности или по самостоятельным/групповым обязанностям [19].

Разбивать проекты на сегменты.

Научите учеников планировать большие проекты, разбивая их на более мелкие задачи, с которыми проще справиться, и отмечая в календаре сроки для каждого задания.

Укрепить чувство времени.

Помогите ученикам укрепить чувство времени, чтобы они могли улучшить свои способности планировать и выполнять множество заданий.

Задание 1: Ведите журнал учета того, сколько времени занимает обычная деятельность в течение определенного периода (например, один день, одна неделя). Отслеживая частоту и продолжительность времени, посвященного выполнению домашних заданий, просмотру социальных сетей, просмотру телешоу или другим видам деятельности, ученики могут начать замечать, когда время летит, а когда оно тянется.

Задание 2: Практикуйтесь в оценке, сколько времени занимает выполнение определенной задачи. Сравните предположение с фактически затраченным временем, потраченным для выполнения работы. Делайте это периодически в течение года и помогите ученикам осознать, как они улучшают свое чувство времени.

Задание 3: После выполнения проекта или задания, обдумайте текущие стратегии управления временем, включая успешные примеры и то, над чем надо работать, проведите анализ работы и запишите [29].

Таким образом, исполнительные функции очень важны для развития ребенка. Об этом свидетельствует тот факт, что по тому, насколько у ребенка развиты исполнительные функции в раннем возрасте, можно с большой долей уверенности предположить, насколько высокой будет его успеваемость в школе, насколько он сможет адаптироваться в социуме, насколько он будет придерживаться здорового способа жизни и т.д.

## Выводы по первой главе

По результатам исследования теоретических аспектов по теме работы, нами были определены ключевые направления:

Дана общая характеристика понятия «исполнительные функции»:

Исполнительная функция – это совокупность когнитивных способностей, необходимых для контроля и саморегуляции поведения.

Исполнительные функции – значимые способности, которые чаще всего относят к лобным долям, активируются в новых, не закреплённых в опыте ситуациях, требующих новых решений.

К исполнительным функциям относят:

- постановка целей;
- планирование;
- антиципация;
- возможность гибкой смены когнитивных установок;
- торможение и контроль;
- поддержание деятельности и подавление влияния интерферирующих воздействий;
- коррекция ошибок;
- распределение ресурсов внимания.

Выявлены симптомы нарушения исполнительных функций в детском возрасте, которые включает в себя ряд расстройств: когнитивных; эмоциональных; поведенческих.

Так же нами были рассмотрены особенности формирования исполнительных функций у детей младшего школьного возраста: развитые исполнительные функции приводят к высокой успеваемости в учебе, хорошо развитым социальным и эмоциональным навыкам. В младших классах исполнительные функции сильнее влияют на успеваемость ребенка. Исполнительные функции помогают ребенку ориентироваться в постоянно меняющейся среде.

Отдельные исполнительные функции связаны с тем, что ребенок понимает мысли и поступки других людей.

Определены способы развития исполнительных функций в младшем школьном возрасте:

1. Играть в игры на отгадывание.
  2. Играть в игры, которые требуют быстрой реакции.
  3. Повторять инструкции, сформулировав их разными способами.
  4. Практиковать активное слушание.
  5. Составлять чек-листы.
  6. Разбивать проекты на сегменты.
- Укреплять чувство времени.

## ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1 Характеристика базы исследования и диагностика обучающихся

Базой исследования являлась: МОУ «СОШ № 41» г. Магнитогорска, 4 «Г» класс.

Школа состоит из двух зданий соединённые между собой теплым переходом. Первое здание, здание для начальной школы, в нем находится центральный вход для всех. Здание имеет 2 этажа, первый этаж имеет четыре кабинета для начальной школы, кабинет заведующей начальной школой, туалет для детей и учителей, также на первом этаже расположены раздевалки для начального и среднего звена. На втором этаже находятся кабинеты начальной школы и медицинский блок. В коридорах стоят скамейки. Второе здание состоит из трех этажей. На первом этаже расположена столовая, спортивный зал, приемная директора и кабинеты. На втором и третьем этажах расположены кабинеты для обучения, кабинеты завучей и туалеты.

Рядом, на территории школы находится спортивная площадка, на которой дети гуляют после уроков и на внеурочных занятиях и площадка для проведения уроков физкультуры.

В данной школе обучаются 735 обучающихся, из них около 356 учеников из начальной школы (1-4 классы), 369 – ученики среднего звена (5-9 классы) и 10 человек обучаются в старшем звене (10 класс). Данная школа имеет средние показатели успеваемости, это связано с удаленностью от города (школа находится в поселке городского типа, на выезде из города). Начиная с 1 класса, обучающиеся имеют всестороннее развитие, внеурочная деятельность имеет разные направленности.

Также в школе имеется личный краеведческий музей. Школа активно участвует в викторинах, выставках и олимпиадах, занимает призовые места. Также школа имеет множество почетных грамот и дипломов. Школа активно использует самоуправление обучающихся 1-2 раза в год. В школе

работают педагоги с высшим образованием, более 70% учителей имеют категорию. У данной школы каждый класс оборудован ТСО, имеется личный сайт школы. Школа имеет множество положительных отзывов.

Для преддипломной практики был взят 4 «Г» класс.

На текущий день в классе обучаются 20 учащихся, из них 10 девочек и 10 мальчиков. 18 человек -2011 года рождения, 2 человека – 2010 года рождения. Почти все обучающиеся данного класса посещали дошкольное учреждение, детские сады, гимназии или курсы подготовки к школе.

Большинство обучающихся четвертого класса имеют достаточно высокую мотивацию к обучению. У них сформированы необходимые умения для обучения в школе. Исключение составляют некоторые обучающиеся, у которых низкая мотивация к обучению, и они испытывают трудности в обучении – Степан В., Никита Г., Савелий Г. В классе также есть ребенок, который не может контролировать свою агрессию и другие эмоции, иногда выходят на конфликты с другими учениками, ученику тяжело высказать свое мнение, он имеет слабую учебную мотивацию.

В большинстве своем обучающиеся четвертого класса достаточно коммуникабельны, общаются между собой; принимают активное участие в обсуждении каких – либо вопросов; могут высказать свое мнение и аргументировать его. Все дети доброжелательны друг к другу, приходят на помощь своим одноклассникам в вопросах учебы или личностных взаимоотношений, ответственно относятся к обучению, спрашивают, что не понятно, уточняют решение и написание, советуются между собой, проявляют старание и трудолюбие. Все дети испытывают с легкостью могут наладить контакт, с детьми других классов и новенькими учениками своего класса, активно общаются, предлагают совместные игры и занятия. К общественным поручениям дети относятся с большим интересом и рвением, и доводят работу до конца. Все дети активно проявляют инициативу, когда уверены в правильности своего ответа или если уверены, что справятся с

заданием. Большинство детей часто проявляют инициативу, предлагают свою помощь, свои идеи и т.д. всегда доводят свои дела до конца.

Основной задачей четвертого года обучения является формирование у детей подготовки к следующему этапу обучению, среднему звену, а также создания положительно среды и мотивации для успешной сдачи ВПР.

В данном классе почти все дети посещали детский сад и подготовительные курсы к первому классу. Следовательно, большинство из детей знакомы между собой еще до школы. Этот класс можно назвать сплоченным. Над этим учитель работает, предлагая групповую форму работы, общие задания, общую проблему, общие игры на перемене. Также класс активно проводят время вместе вне школы, ходят на мероприятия (кино, театр). Раз в год класс посещает лесную школу, что также способствует активному сплочению.

У данного класса не возникает проблем в общении с другими классами. Они играют на переменах, вместе занимаются на внеурочных занятиях. Дети помогают друг другу в решении какой-либо проблемы. Данный класс можно назвать коммуникативным и общительным, ответственным и дисциплинированным.

Методический инструментарий:

Методика Пьерона-Рузера (Приложение 1).

Методика в полном объеме реализует возможность исследования уровня сформированности произвольной регуляции психических функций.

Методика также дает представление о скорости и качестве формирования простой программы деятельности, усвоения нового способа действий, сформированности элементарных графических навыков, зрительно-моторной координации. Данная методика может быть отнесена к разряду бланковых методик и в своем классическом виде приведена в классическом пособии по диагностике М. П. Кононовой. Методика может быть использована в ситуации групповой диагностики.

Оцениваются следующие показатели:

- возможность удержания инструкции (программы, алгоритма деятельности);
  - целенаправленность деятельности;
  - параметры внимания (устойчивость, распределение и переключение);
  - количество правильно заполненных фигур по отношению к общему их количеству (индекс правильности);
  - число заполненных фигур за каждую минуту, (динамика изменения темпа деятельности);
  - количество ошибок за регистрируемые отрезки времени (динамика изменения количества ошибок);
  - распределение ошибок (и их количества) в разных частях листа.
- В данном случае анализируются как характер распределения ошибок в пространстве бланка (в верхней и нижней части бланка, в правой и левой), так и особенности динамики работоспособности и ее влияния на количество ошибок;
- характер необходимой мотивации деятельности (мотивация достижения, соревновательная, игровая и т.п.)

Оценка:

1. Высокий уровень устойчивости внимания – 100 % за 1 мин 15 сек без ошибок.
2. Средний уровень устойчивости внимания – 60 % за 1 мин 45 сек с 2 ошибками.
3. Низкий уровень устойчивости внимания – 50 % за 1 мин 50 сек с 5 ошибками.

Изучение уровня саморегуляции У. В. Ульенковой (Приложение 2) Цель методики: определение уровня сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности.

Методика «Изучение уровня саморегуляции», позволяет определить уровень саморегуляции младших школьников, по тому, как дети выполняют задание с соблюдением определенных правил.

Описание методики: На тетрадном листе в одну линейку в течение 15 мин (в начале учебного года) дети пишут простым карандашом системы палочек и черточек, соблюдая при этом четыре правила:

- писать палочки и черточки в определенной последовательности;
- не писать на полях;
- правильно переносить системы знаков с одной строки на другую;
- писать не на каждой строчке, а через одну.

В соответствии с общим замыслом методики были разработаны следующие оценочные критерии степени сформированности действий самоконтроля на основных этапах интеллектуальной деятельности детей:

- 1) степень полноты принятия задания:
  - ребенок принимает задание во всех компонентах;
  - принимает частично;
  - не принимает совсем;
- 2) степень полноты сохранения задания до конца занятия:
  - ребенок сохраняет задание во всех компонентах;
  - сохраняет лишь отдельные его компоненты;
  - полностью теряет задание;
- 3) качество самоконтроля по ходу выполнения задания:
  - характер ошибок, допускаемых ребенком;
  - замечает ли он свои ошибки;
  - исправляет или не исправляет их;
- 4) качество самоконтроля при оценке результата деятельности:
  - ребенок старается еще раз основательно проверить работу и проверяет ее;



- ограничивается беглым просмотром;
- вообще не просматривает, а отдает ее взрослому сразу же по окончании.

Результаты проведения двух методик позволят нам определить сформированность исполнительных функций и получить следующие результаты.

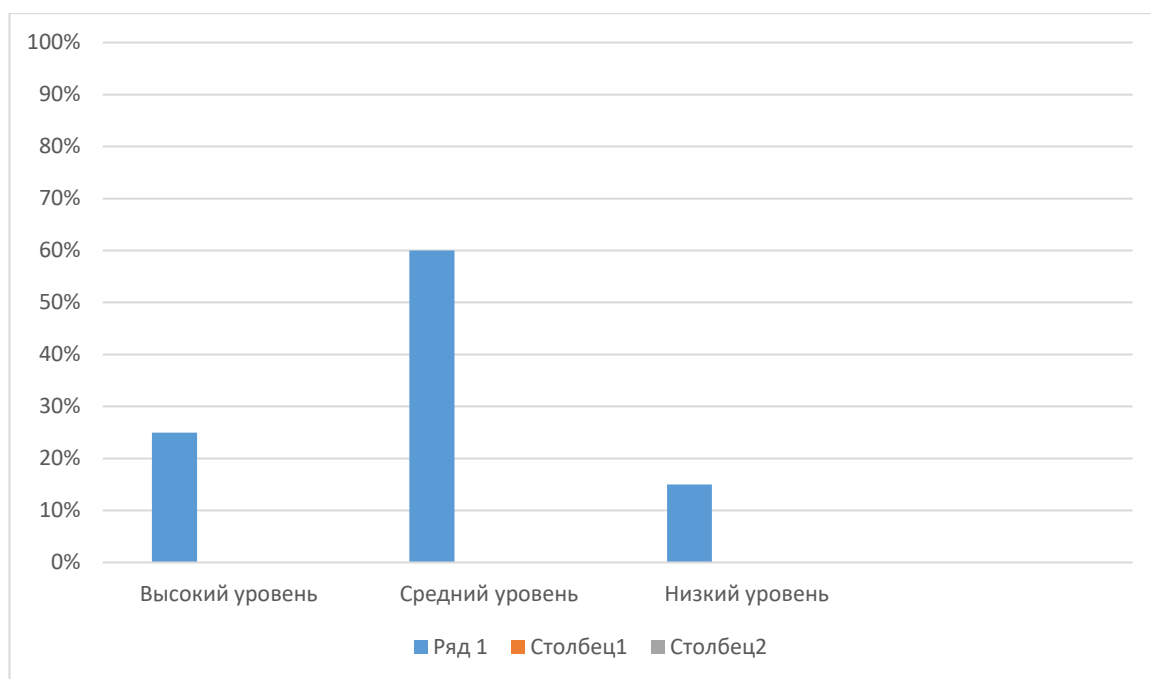


Рисунок 1 - Результаты диагностики уровня сформированности исполнительных функций

Таким образом, только 25% обучающихся (5 человек: Павел Б., Кирилл М., Денис Б., Марина Ш., Мария А.) имеют высокий уровень сформированности исполнительных функций. Такие дети хорошо концентрируют внимание во время урока, быстро усваивают материал, могут быстро найти решение проблемы, творчески и креативно подходят к решению проблемы, легко запоминают и анализируют прочитанное. Также они: принимают задание полностью, во всех компонентах, сохраняют цель до конца занятия; работают сосредоточенно, не отвлекаясь, примерно в одинаковом темпе; работают в основном точно, если и допускает отдельные ошибки, то при проверке замечает и самостоятельно устраняет их; не спешит сдавать работу сразу же, а еще раз проверяет написанное; в случае

необходимости вносит поправки, делает все возможное, чтобы работа была выполнена не только правильно, но и выглядела аккуратной, красивой.

Средний уровень имеют 65%, (12 человек), такие дети испытывают затруднения в обучении, не совсем понимают смысл учения, у них средняя мотивация, для достижения результата им нужно больше времени и сил, также в некоторых вопросах им необходима помощь взрослого (учителя, родителя). Они принимают цель задания частично и до конца занятия не может ее сохранить во всем объеме – поэтому пишут знаки в беспорядке; в процессе работы допускают ошибки не только из-за невнимательности, но и потому что не запомнил какие-то правила или не знал их вовсе; свои ошибки не замечают, не исправляют их ни по ходу работы, ни в конце занятия; по окончании работы не проявляют желания улучшить ее качество; к полученному результату вообще равнодушны.

Низкий уровень сформированности исполнительных функций имеют 15% обучающихся (3 человека: Никита Г., Степан В., Савелий Г.), таких детей можно считать отстающими, так как у них нет желания учиться, часто они отстают по скорости от класса, из-за чего находятся в ситуации «неуспеха». Такие дети часто не принимают участие в обсуждениях, им тяжело сосредоточиться на задании, боятся высказывать свое мнение или просто не успевают это делать. Такие дети зачастую не готовы к урокам, нет необходимых учебников и канцелярии. Они совсем не принимают задание по содержанию, более того, чаще вообще не понимают, что перед ними поставлена какая-то задача; в лучшем случае он улавливает из инструкции только то, что ему надо действовать карандашом и бумагой, пытается это делать, исписывая или разрисовывая лист как получится, не признавая при этом ни полей, ни строчек; о саморегуляции на заключительном этапе занятия говорить даже не приходится.

Проведя диагностику в данном классе и проанализировав полученные результаты можно выбрать методы и приемы для данного класса, которые

учитель будет использовать на уроках для улучшения показателей сформированности исполнительных функций.

## 2.2 Методы и приемы для развития исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе

Для данного класса было выбрано несколько методов и приемов, благодаря которым дети смогут улучшить свои исполнительские функции.

Метод игры на отгадывание.

Игры на отгадывание требуют от игроков тренировать свою рабочую память и гибкое мышление, поскольку они требуют удержания в уме увеличивающегося количества деталей. Например, популярны игры с отгадыванием правил, в которые можно играть с блоками или другими предметами разных цветов, размеров и форм, чтобы дети угадывали, какие характеристики определяют правило в данном раунде. Такой метод может быть задействован на протяжении всего урока. Учитель ставит вопрос (загадку) и на протяжении всего урока дети ищут ответ (урок-проблема). Можно использовать в начале урока, в середине или в конце как отдельный метод

**Прием –игра**, которые требуют быстрой реакции. Данную методику можно использовать как в начале урока (устный счет, вопрос – ответ) так и в завершении урока в качестве рефлексии (продолжить фразу, потворить, «продолжи за соседом» и т.д.). В данном приеме дети развивают навыки внимания и сдержанность, сосредоточенность требующие быстрого реагирования и контроля. С помощью таких упражнений, одновременно развивающих когнитивные навыки, устную и письменную речь, такие технологии превращают эффективное обучение и коррекцию в увлекательную игру.

**Повторять инструкции**, сформулировав их разными способами

Помогите ученикам запомнить инструкции, упростив их и сформулировав их по-разному: устно, визуально и с помощью жестов. Вы

также можете разделить учеников на пары и попросить их повторять указания друг другу. Затем попросите добровольца повторить инструкции для всего класса. Данный метод подходит на любом этапе урока, особенно для отстающих детей. Также данный метод поможет учителю увидеть, как дети понимают выполнение того или иного задания.

### **Практиковать активное слушание**

Используйте аудиофайлы, чтобы дать ученикам возможность развить навыки внимательного и активного слушания. Можно дать детям послушать текст, а после дать подготовленный перечень вопросов по аудиоматериалам. Это может эффективно направлять внимание учеников, учить слушать и тренирует память. Также можно давать словарные слова в аудио формате, слушать пояснения, стихотворение или новые термины.

И последний прием, который использовался в данном классе:

### **Составлять чек-листы (план)**

Помогите ученикам развить навыки планирования и постановки целей, попросив их составлять чек-листы. Чек-листы могут помочь с организацией урока, распорядка недели или с планированием долгосрочного проекта. Чек-листы также помогают ученикам расставлять приоритеты таким образом, чтобы это имело для них смысл. Некоторые ученики могут предпочесть упорядочивать задания в чек-листах по сложности или по самостоятельным/групповым обязанностям.

Данный метод можно использовать на уроке при изучении нового материала (ставить ряд задач на уроке, можно использовать для закрепления изученного материала, составив список вопросов, на которые нужно вспомнить ответ.

Для «отстающих» детей были проведены отдельные методы.

Индивидуальное задание: ребенку дается вопрос, на который он должен найти ответ и помочь своему классу. Часто такой метод помогает детям выйти из ситуации неуспеха и стать «важным» для класса. Если ребенок справляется с заданием, то получает похвалу и, обязательно, оценку

за урок. Если же ученик не справляется, то предлагаем ему помощь от учителя или даем в пару ученика чуть сильнее, тогда они вместе ищут решение. Таким образом ребенок перестает бояться просить помощи, налаживает контакт с одноклассником и учится достигать цели разными методами.

Данные методы и приемы использовались в течении трех недель, делая акцент на детей со средним и низким уровнем сформированности и давая им возможность «проявить себя». После вновь была проведена диагностическая работа. После чего было проведено сравнение с начальными данными. Полученные результаты были занесены в график:

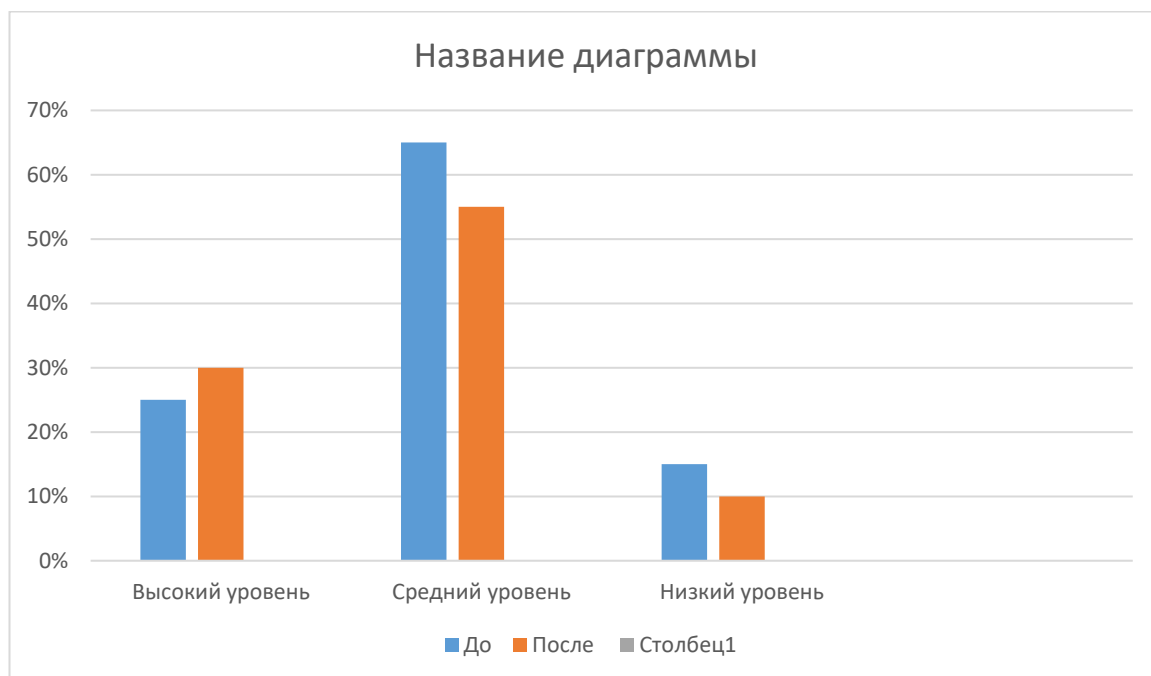


Рисунок 2 - Результаты повторной диагностики уровня сформированности исполнительных функций

Повторная диагностика показала видимые изменения.

Высокий уровень развития исполнительских навыков имело 25% учеников, 5 человек от класса: Павел Б., Кирилл М., Денис Б., Марина Ш., Мария А., Анна Б., после использования методик данный показатель вырос. Теперь 30% учеников имеют высокий уровень развития исполнительных функций, это 6 человек.

Средний уровень имели 65% от класса, на момент проведения повторной диагностики показатель понизился до 60%, при этом количество человек не изменилось – 12 человек.

Низкий уровень имели 15% обучающихся, 3 человека. Данный показатель понизился до 10%, осталось 2 человека: Савелий Г., Степан В. С данными детьми необходима работа школьного психолога, логопеда и соц. работника.

В результате можно увидеть, что 3 недели использования методами и приемами виден результат. В дальнейшем рекомендовано продолжать пользоваться данными методами и приемами в этом классе.

#### Выводы по второй главе

В практической части исследования нами была проведена экспериментальная работа, которая проходила на базе МОУ «СОШ № 41» г. Магнитогорска. Участие приняли 20 обучающихся 4 класса.

Цель исследования – изучить сформированность исполнительных навыков у детей младшего школьного возраста и описать методы и приемы развития исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.

Первым направлением работы было проведение диагностики по развитию исполнительных особенностей у детей младшего школьного возраста. По результатам диагностики мы получили следующие данные: Высокий уровень выявлен у 25 % респондентов (5 ребенка). Средний уровень выявлен у 60 % респондентов (12 детей). Низкий уровень диагностирован у 15 % респондентов (3 детей).

Следующим направлением работы было проведение работы по развитию исполнительных навыков у детей на уроках с помощью различных методов и приемов. Таким образом, мы провели исследование уровня сформированности исполнительных функций и можем сделать вывод, что он недостаточный.

Существует необходимость формирования исполнительных функций у детей младшего школьного возраста, для этого мы выбрали методы и приемы, которые можно использовать на уроках в начальной школе.

Данные упражнения направлены на формирование исполнительных функций у детей младшего школьного возраста. Развивает произвольную регуляцию, концентрацию внимания, устойчивость внимания, слуховое внимание, развивает умения выполнять несколько действий одновременно, формирует самоконтроль обучающихся.

После систематической работы и применения данных форм работы была проведена повторная диагностика обучающихся. После чего был произведен сравнительный анализ «До и после». В результате мы видим динамику. Высокий уровень имело 25% обучающихся (5 человек), стало 30% (6 человек). Средний уровень имели 60% обучающихся (12 человек), после их количество не изменилось, осталось 60% (12 человек), но один ученик повысил свой уровень до «высокий», а еще один ученик с «низкого» до «среднего». Низкий уровень имели 15% учащихся (3 человека), данный процент снизился до 10% (2 обучающихся).

Таким образом можно сделать общий вывод, что предложенные нами методы и приемы эффективно работают на уроках в начальной школе и могут применяться учителем для детей младшего школьного возраста на любом уроке.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исполнительные функции являются результатом когнитивных процессов высокого уровня, обусловленных функционированием префронтальных областей коры головного мозга. Изучение этих процессов является востребованным направлением нейронауки на фоне изменяющихся аналитических подходов и методов исследования функций лобных долей головного мозга.

Исполнительные функции влияют на такие когнитивные способности, как когнитивная гибкость (способность адаптировать поведение и мышление к изменяющимся ситуациям), ингибция (способность контролировать импульсивные и автоматические реакции), мониторинг (способность контролировать определенную модель поведения), планирование (способность прогнозировать события), рабочая память (способность временного хранения и обработки информации), принятие решений (способность делать выбор), решение проблем (способность прийти к логическому выводу).

В теоретической части исследования нами была дана общая характеристика понятия «исполнительные функции»:

Исполнительная функция – это совокупность когнитивных способностей, необходимых для контроля и саморегуляции поведения.

Исполнительные функции – значимые способности, которые чаще всего относят к лобным долям, активируются в новых, не закрепленных в опыте ситуациях, требующих новых решений.

К исполнительным функциям относят: постановка целей; планирование; антиципация; возможность гибкой смены когнитивных установок; торможение и контроль; поддержание деятельности и подавление влияния интерферирующих воздействий; коррекция ошибок; распределение ресурсов внимания.



Рассмотрены особенности формирования исполнительных функций у детей младшего школьного возраста: развитые исполнительные функции приводят к высокой успеваемости в учебе, хорошо развитым социальным и эмоциональным навыкам. В младших классах исполнительные функции сильнее влияют на успеваемость ребенка. Исполнительные функции помогают ребенку ориентироваться в постоянно меняющейся среде. Отдельные исполнительные функции связаны с тем, что ребенок понимает мысли и поступки других людей.

Определены способы развития исполнительных функций в младшем школьном возрасте: играть в игры на отгадывание. Играть в игры, которые требуют быстрой реакции. Повторять инструкции, сформулировав их разными способами. Практиковать активное слушание. Составлять чек-листы. Разбивать проекты на сегменты. Укреплять чувство времени.

В практической части работы проведена диагностика сформированности исполнительных функций младших школьников: экспериментальная работа проходила на базе МОУ «СОШ №41» г. Магнитогорска. Участие приняли 20 обучающихся 4 класса.

Цель исследования – изучить сформированность исполнительных навыков у детей младшего школьного возраста и описать методы и приемы развития исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.

Задачи исследования:

1. Диагностика сформированности когнитивных процессов у детей младшего школьного возраста.
2. Анализ полученных результатов.
3. Описание работы по развитию исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе.
4. Повторная диагностика и проведение сравнительного анализа

Первым направлением работы было проведение диагностики. По результатам диагностики мы получили следующие данные: Высокий

уровень выявлен у 25 % респондентов (5 учеников). Средний уровень выявлен у 60 % респондентов (12 учеников). Низкий уровень диагностирован у 15 % респондентов (3 детей).

Таким образом, мы провели исследование уровня сформированности исполнительных функций и сделали подборку методов и приемов для развития исполнительных функций у детей на уроках.

Разработаны упражнения по формированию исполнительных функций у детей младшего школьного возраста на уроках в начальной школе, которые можно применять на любом этапе урока.

Данные методы направлены на формирование исполнительных функций у детей младшего школьного возраста. Развивает произвольную регуляцию, концентрацию внимания, устойчивость внимания, слуховое внимание, развивает умения выполнять несколько действий одновременно, формирует самоконтроль обучающихся.

Методы и приемы направлены на формирование исполнительных функций у детей младшего школьного возраста. Развивает произвольную регуляцию, концентрацию внимания, устойчивость внимания, слуховое внимание, развивает умения выполнять несколько действий одновременно, формирует самоконтроль обучающихся.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи выполнены.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адлер, А. Индивидуальная психология и развитие ребенка [Текст] / А. Адлер. – Москва : ИОИ, 2017. – 176 с.
2. Антипова, Д. А. Актуальные вопросы современной психологии по саморегуляции личности [Текст] / Д. А. Антипова // Актуальные вопросы современной психологии : материалы IV Международной научной конференции. – 2017. – № 7. – С. 64-66.
3. Анцыферова, Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии [Текст] / Л. И. Анцыферова. – Москва : Владос, 2015. – 300 с.
4. Аркадьева, А. В. Исследовательская деятельность младших школьников [Текст] / А. В. Аркадьева // Начальная школа плюс До и после. – 2015. – № 2. – С. 8-11.
5. Бандура, А. Теория социального научения : монография [Текст] / А. Бандура. – Москва : Директ-Медиа, 2008. – 532 с.
6. Бедер, Я. Психологическая коррекция недостатков саморегуляции у детей с задержками развития [Текст] / Я. Бедер // Вопросы психологии. – 1983. – № 4. – С. 25-26.
7. Безруких, М. М. Знаете ли вы своего ученика? [Текст] / М. М. Безруких. – Москва : Издательство Просвещение, 2005. – 111 с.
8. Берджесс, П. У. Теории исполнительной функции лобной доли: клиническое применение / Под редакцией П. В.Халлигана, Д. Т. Уэйда // Эффективные методы реабилитации при когнитивном дефиците. – Нью-Йорк : Oxford Un Press, 2005. – С. 25.
9. Берджесс, П. У. Теория и методология исследования исполнительных функций / под ред. П. Рэббит. – Нью-Йорк : Psychology Press, 1997. – 174 с.

10. Бодалев, Т. А. Методика организации игр-исследований с младшими школьниками [Текст] / Т. А. Бодалев // Начальная школа. – 2016. – № 5. – С. 2-7.
11. Божович, Л. И. Развитие воли в онтогенезе [Текст] // Проблемы формирования личности : Избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. – Москва : Издательство «Институт практической психологии», 1997. – 332 с.
12. Боязитова, И. В. Взаимосвязь самооценки и волевой регуляции [Текст] / И. В. Боязитова // Психологический журнал. – 1998. – Т. 19. – № 4. – С. 65-69.
13. Братусь, Б. С. Общая психология как университетская наука [Текст] / Б. С. Братусь // Вестник Московского университета. – 2015. – № 3. – С. 73-82.
14. Вагнер, Н. А. Успешность ученика начальной школы в условиях дифференцированного образования [Текст] / Н. А. Вагнер // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2012. – Т. 7. – № 3. – С. 18-23
15. Вареца, Е. С. Возможности формирования личностной саморегуляции младших школьников [Текст] / Е. С. Вареца // Вестник «АГУ». – 2015. – № 2 (159). – С. 147-151.
16. Величковский, Б. Б. Возможности когнитивной тренировки как метода коррекции возрастных нарушений когнитивного контроля / Б. Б. Величковский // Экспериментальная психология. – 2009. – № 3. – С. 78-91.
17. Волкова, Т. Г. Психология саморегуляции : учебное пособие для студентов [Текст] / Т. Г. Волкова. – Барнаул : Изд-во АлтГУ, 2014. – 80 с.

18. Выготский, Л. С. Психология развития. Избранные работы [Текст] : Учебник и практикум для прикладного бакалавриата / Л. С. Выготский. – Москва : Юрайт, 2017. – 117 с.
19. Гони́на, О. А. Психология младшего школьного возраста [Текст] : учебное пособие / О. А. Гони́на. – Москва : «Флинта», 2018. – 278 с.
20. Давыдов, В. В. Психолого-педагогические основы построения системы развивающего обучения [Текст] / В. В. Давыдов. – Москва : Директ-медиа, 2014. – 331 с.
21. Долгова, В. И. Управление процессом саморегуляции у младших школьников [Текст] / В. И. Долгова // Психологические науки. – 2019. – № 1. – С. 203-205.
22. Захарова, А. В. Развитие контроля и оценки в процессе формирования учебной деятельности [Текст] // Формирование учебной деятельности школьников / Под ред. В. В. Давыдова, И. Лампшера, А. К. Марковой. – Москва : Педагогика, 1982. – 216 с.
23. Зобков, А. В. Акмеология саморегуляции учебной деятельности [Текст] : монография / А. В. Зобков. – Санкт Петербург: Питер, 2013. – 320 с.
24. Иванников, В. А. Психологические механизмы волевой регуляции [Текст] / В. А. Иванников. – Санкт Петербург : Питер, 2006. – 208 с.
25. Иванова, Л. В. Формирование саморегуляции детей младшего школьного возраста в условиях дополнительного образования [Текст] / Л. В. Иванова // Научно-методический журнал «Концепт». – 2016. – Т. 44. – С. 157-166.
26. Ильясова, Г. И. Развитие саморегуляции младших школьников : диагностика и развитие [Текст] / Г. И. Ильясова. – Астана : АОО «Назарбаев Интеллектуальные школы» Центр педагогического мастерства, 2016. – 37 с.
27. Истратова, О. Н. Практикум по детской психокоррекции. Игры, упражнения, техники [Текст] / О. Н. Истратова. – Москва : Феникс, 2013. – 352 с.
28. Конопкин О. А. Общая способность к саморегуляции как фактор

субъектного развития [Текст] / О. А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2004. – № 2. – С. 127-135

29. Конопкин, О. А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) [Текст]

/ О. А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2008. – № 3. – С. 5-12

30. Конопкин, О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности [Текст] / О. А. Конопкин. – Москва : Ленанд, 2011. – 320 с.

31. Конопкин, О. А. Функциональная структура саморегуляции деятельности и поведения [Текст] / О. А. Конопкин // Психология личности в социалистическом обществе. – Москва : Наука, 1989. – 183 с.

32. Корнилов, А. П. Диагностика регулятивной функции самосознания [Текст] / А. П. Корнилов // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 1. – С. 37-39.

33. Круглова, Н. Ф. Психологические особенности саморегуляции в учебной деятельности [Текст] / Н. Ф. Круглова // Психологический журнал. – 2004. – №2 (15). С. 66-73.

34. Купцова, С. А. Психическая саморегуляция как компоненткультуры здоровья [Текст] / С. А. Купцова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2018. – № 2. – С. 221-227.

35. Леонтьев, Д. А. Траектории личностного развития: реконструкция взглядов Л. С. Выготского [Текст] / Д. А. Леонтьев, А. А. Лебедева, В. Ю. Костенко // Вопросы образования. – 2017. – № 2. – С. 98-112.

36. Ломов, Б. Ф. Психическая регуляция деятельности : избранные труды [Текст] / Б. Ф. Ломов. – Москва : Институт психологии РАН, 2006. – 624 с.

37. Лупанова, Е. П. Самоконтроль у младших школьников и его развитие в учебной деятельности [Текст] / Е. П. Лупанова // Народной образование. – 2015. – С.44-46.

38. Любимов, Л. Л. Книга, в которой нуждается каждая школа [Текст] / Л. Л. Любимов // Вопросы образования. – 2017. – № 3. – С. 234-241.
39. Миславский, Ю. А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте [Текст] / Ю. А. Миславский // Научно-исследовательский институт общей и педагогической психологии. – Москва : Педагогика, 1991. – 152 с.
40. Моросанова, В. И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека [Текст] / В. И. Моросанова // Вестник Московского Университета. – 2010. – № 1 (14). – С. 36-45.
41. Моросанова, В. И. Самосознание и саморегуляция поведения [Текст] / В. И. Моросанова. – Москва : Институт психологии РАН, 2017. – 214 с.
42. Фустер, Дж. М. Физиология исполнительной функции : цикл восприятия-действия в принципах функционирования лобной доли / Под редакцией Д. Т. Стусса и Р. Т. Найта. □ Нью-Йорк : издательство Оксфордского университета, 2002. □ 145 с.
43. Шилов, С. Н. Темпераментальные черты личности ребенка, как фактор, определяющий резерв здоровья [Текст] / С. Н. Шилов, О. Г. Солдатова, Н. Д. Наливайко // Вестник Новосибирского государственного педагогического университета. – 2014. – № 1. – С. 89-100.
44. Осницкий, А. К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активности личности [Текст] / А. К. Осницкий // «Педагогика и психология» – Москва : Знание, 1986. – 80 с./
45. Слободняк, Н. П. Формирование эмоционально-волевой регуляции у учащихся начальной школы [Текст] : 60 конспектов занятий : практическое пособие / Н. П. Слободняк. □ Москва : АйрисПресс, 2012. 176 с..

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Методика изучения концентрации и устойчивости внимания (модификация метода Пьерона-Рузера)

**Инструкция:** «Закодируйте таблицу, расставив в ней знаки по образцу».

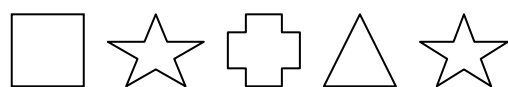
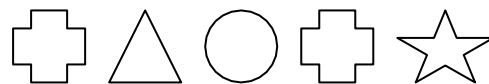
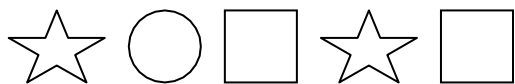
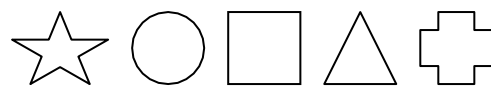
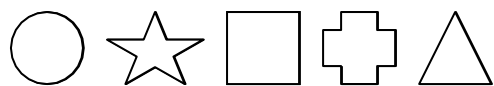
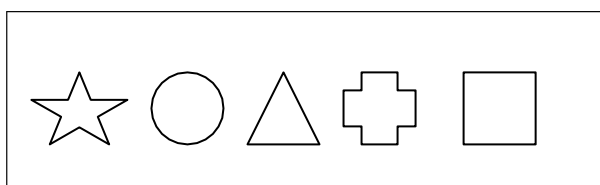


Рисунок 1.1 – Образцы 1

**Анализ результатов:** Фиксируется количество ошибок и время, затраченное на выполнение задания.

**Оценка:** Высокий уровень устойчивости внимания – 100% за 1 мин 15 сек без ошибок. Средний уровень устойчивости внимания – 60% за 1 мин 45 сек с 2 ошибками. Низкий уровень устойчивости внимания – 50% за 1 мин 50 сек с 5 ошибками. Очень низкий уровень концентрации и устойчивости внимания –



20% за 2 мин 10 сек с 6 ошибками (по М. П. Кононовой).

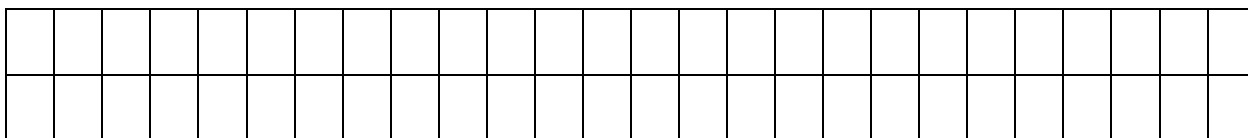
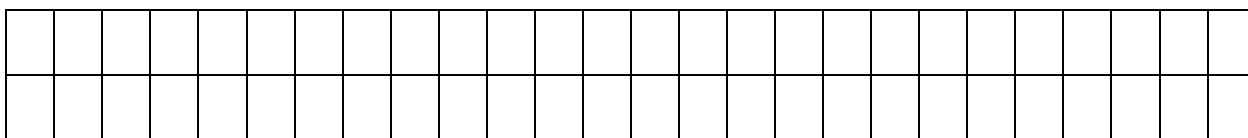
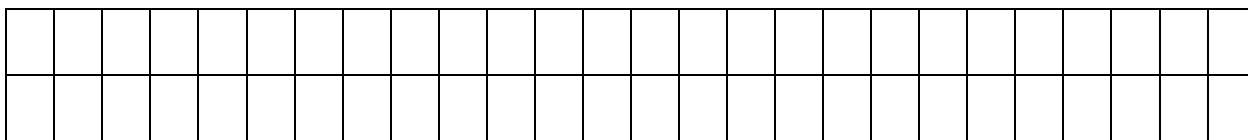
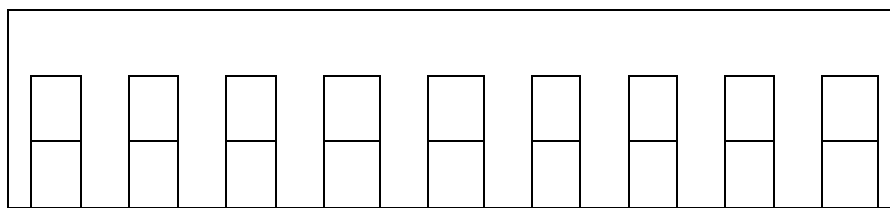


Рисунок 1.1 – Образцы 2

## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Методика «Изучение уровня саморегуляции» (У. В. Ульenkова)

Цель методики: определение уровня сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности.

Методика «Изучение уровня саморегуляции» Ульenkовой, позволяет определить уровень саморегуляции младших школьников, по тому, как дети выполняют задание с соблюдением определенных правил.

Описание методики:

На тетрадном листе в одну линейку в течение 15 мин (в начале учебного года) дети пишут простым карандашом системы палочек и черточек, соблюдая при этом четыре правила: 1) писать палочки и черточки в определенной последовательности; 2) не писать на полях; 3) правильно переносить системы знаков с одной строки на другую; 4) писать не на каждой строчке, а через одну.

В соответствии с общим замыслом методики были разработаны следующие оценочные критерии степени сформированности действий самоконтроля на основных этапах интеллектуальной деятельности детей:

1) степень полноты принятия задания – ребенок принимает задание во всех компонентах; принимает частично; не принимает совсем;

2) степень полноты сохранения задания до конца занятия – ребенок сохраняет задание во всех компонентах; сохраняет лишь отдельные его компоненты; полностью теряет задание;

3) качество самоконтроля по ходу выполнения задания – характер ошибок, допускаемых ребенком; замечает ли он свои ошибки; исправляет или не исправляет их;

4) качество самоконтроля при оценке результата деятельности – ребенок старается еще раз основательно проверить работу и проверяет ее; ограничивается беглым просмотром; вообще не просматривает, а отдает ее взрослому сразу же по окончании.

Ход работы:

Педагог организывает и рассаживает детей, как на обычном учебном занятии. Перед каждым ребенком кладет двойной тетрадный лист с разлиновкой в одну линейку. В доступной и привлекательной форме он ставит общую цель занятия: «Дети, перед каждым из вас лежит лист из школьной тетради. Сейчас вы будете писать карандашом, как настоящие школьники. Вы будете писать палочки и черточки, соблюдая при этом четыре правила. Сейчас я вам покажу на доске, как нужно писать палочки и черточки, и скажу, какие правила при этом нужно помнить».

Далее следует краткое (не более 4-5 мин) инструктирование детей.

«Смотрите и запоминайте, как я буду писать на доске», □ говорит педагог, подходя к доске, разлинованной так же, как и тетрадный лист. «Я пишу на доске, □ продолжает он, □ палочки и черточки в таком порядке: сначала я пишу одну палочку, потом черточку. Дальше нужно написать две палочки □ черточку. Затем три палочки – черточку, а потом все повторить снова. Надо все время считать, чтобы не ошибиться. Это первое правило, которое вам нужно соблюдать при письме. (Педагог повторяет это правило еще раз.)

Второе правило: вы заполнили всю строчку до полей (показывает) писать на них нельзя, школьник на полях не пишет.

Третье правило: надо правильно переходить с законченной строчки на новую: на новой строчке продолжать писать то, что не поместилось на старой. Смотрите: я написала две палочки, а черточка не поместилась, я ее переносу на новую строчку, а дальше пишу три палочки □ черточку и т.д. (Объясняет разные варианты переноса.)

Четвертое правило: между строчками должно быть расстояние в одну линейку, иначе у вас все написанное сольется, будет выглядеть некрасиво».

Педагог по написанному на доске повторяет еще раз все правила. Правила повторяются вместе с детьми. Затем он, чтобы убедиться, правильно ли все дети нашли первую строчку, поля, третью строчку, просит поставить на

них указательный палец. Убедившись, что все дети ориентируются на тетрадном листе, прекращает инструктаж. Он стирает написанное на доске и говорит детям: «Старайтесь писать правильно, аккуратно, молча, чтобы не мешать друг другу. Если что-то непонятно, то спросите сейчас».

Далее, после короткой паузы, педагог добавляет: «Будете писать до тех пор, пока я не скажу: достаточно, проверьте написанное. А теперь пишите!» Засекается время начала работы. Помощь детям в процессе работы методикой не предусматривается.

Обработка результатов:

В соответствии с оценочными критериями сформированности действий самоконтроля выделяется пять уровней сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности детей (в направлении от высшего к низшему). Уровни служили целям количественной и качественной оценки сформированности саморегуляции. Кратко опишем их.

1. Ребенок принимает задание полностью, полностью во всех компонентах сохраняет его до конца занятия; работает сосредоточенно, не отвлекаясь на протяжении всего занятия; работает в основном точно, если и допускает отдельные ошибки на то или иное правило, то при проверке замечает и самостоятельно устраняет их; не спешит сдать работу сразу же после сигнала об окончании, а еще раз проверяет написанное; в случае необходимости вносит поправки, делает все, чтобы работа не только была выполнена правильно, но и выглядела аккуратно, красивой. Данный уровень саморегуляции в деятельности ребенка оценивается баллом «5».

2. Ребенок принимает задание полностью, сохраняет его также полностью до конца занятия; по ходу работы допускает немногочисленные ошибки на те или иные правила, но не замечает и не устраняет их; также не устраняет ошибки и в специально отведенное для проверки время в конце занятия, ограничиваясь лишь беглым просмотром написанного; качество оформления работы его не заботит, хотя общее стремление получить хороший

результат у него есть. Этот уровень саморегуляции в деятельности ребенка оценивается баллом «4».

3. Ребенок принимает лишь часть инструкции, но до конца занятия может не сохранить ее в принятом объеме, в результате пишет палочки и черточки в беспорядке; в процессе работы допускает ошибки не только по невнимательности, но прежде всего потому, что не запомнил правила выполнения задания; ошибок не замечает, не исправляет их ни по ходу работы, ни в конце занятия; после сигнала об окончании работы не проявляет желания улучшить ее качество; к полученному результату равнодушен. Данный уровень саморегуляции ребенка оценивается баллом «3».

4. Ребенок принимает лишь небольшую часть инструкции, но почти сразу ее полностью теряет; пишет палочки и черточки в случайном порядке; ошибок не замечает и не исправляет; не использует и время для проверки в конце занятия; после сигнала об окончании сразу же оставляет работу без внимания; к качеству выполненной работы индифферентен. Этот уровень саморегуляции в деятельности ребенка оценивается баллом «2».

5. Ребенок совсем не принимает задания, более того, он вообще не понимает, что перед ним поставлена какая-то задача; в лучшем случае он улавливает из инструкции только то, что ему надо действовать с карандашом и бумагой; пытается это делать, исписывая или разрисовывая лист, как получится, не признавая при этом ни полей, ни строчек на листе. Этот уровень саморегуляции в деятельности ребенка оценивается баллом «1».