

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт

(наименование института полностью)

Кафедра «Дошкольная педагогика, прикладная психология»

(наименование кафедры)

44.03.02 Психолого-педагогическое образование

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Психология и педагогика дошкольного образования

(направленность (профиль)/специализация)

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему **ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ 5-6 ЛЕТ НАВЫКОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОСРЕДСТВОМ АРТТЕРАПИИ**

Студент

Н.М. Сундукова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

Е.В. Некрасова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой д.п.н., профессор О.В. Дыбина

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

(личная подпись)

« _____ » _____ 2019 г.

Тольятти 2019

Аннотация

Бакалаврская работа раскрывает проблему формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии, поскольку развитие у ребенка старшего дошкольного возраста произвольности является одним из основных показателей психического развития и готовности к будущему обучению в школе.

Одним из средств формирования навыков саморегуляции является арттерапия. В процессе выполнения арттерапевтических техник ребенок выплескивает свои эмоции, снимает напряжение и учится контролировать свое состояние.

Целью работы является теоретическое обоснование и экспериментальная проверка возможностей арттерапии как средства формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.

В ходе работы решаются следующие задачи: изучение психолого-педагогической литературы по проблеме формирования навыков саморегуляции у детей старшего дошкольного возраста; выявление уровня сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции; разработка и апробация содержания и методов работы по формированию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами арттерапии.

Бакалаврская работа имеет теоретическое и практическое значение, состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы (51 источника) и 10 приложений. Текст иллюстрирован 8 таблицами.

Объем бакалаврской работы – 58 с.

Оглавление

Введение.....	4
Глава 1. Теоретическое исследование проблемы формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии.....	9
1.1 Психолого-педагогические основы проблемы формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции	9
1.2 Развивающий потенциал арттерапии как средства формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.....	16
Глава 2. Экспериментальное исследование формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии.....	23
2.1 Выявление уровня сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции	23
2.2 Организация и содержание работы по формированию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии.....	35
2.3 Динамика сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии.....	45
Заключение.....	50
Список используемой литературы.....	53
Приложения.....	59

Введение

Особенности современной социокультурной ситуации развития ребенка дошкольного возраста характеризуются активизацией темпа жизни детей, что зачастую приводит к появлению различных трудностей, касающихся процесса адаптации ребенка-дошкольника в жизненном пространстве. Ребенок старшего дошкольного возраста, который готовится начать обучение в школе должен к моменту поступления быть зрелым как в физиологическом, так и социальном отношении: обладать определенным уровнем эмоционально-волевого и интеллектуального развития. Социальная ситуация требует от современных детей не только наличия определенных знаний, но и сформированности элементарных понятий. Важным аспектом в данной связи становится и освоение умений по планированию собственной деятельности и осуществлению самоконтроля.

Анализ многолетней педагогической практики позволяет констатировать, что многие проблемы, которые возникают у ребенка в ходе обучения в первом классе, во многом зависят от того, насколько ребенок способен организовать и контролировать свою работу, следовать установленному алгоритму, выполнять инструкции педагога. Преобладающее большинство детей дошкольного возраста еще не в полной мере способны регулировать свою деятельность, а их поведение характеризуется отсутствием самостоятельности, проявлениями расторможенности и импульсивности.

Отечественная психология на сегодняшний день располагает широким спектром исследований в данном направлении. Это исследования процесса формирования волевого поведения (Л.И. Божович, В.К. Котырло, Я.З. Неверович, Т.И. Шульга и др.), особенности развития произвольности на различных возрастных этапах (И.А. Домашенко, А.В. Запорожец, Е.О. Смирнова и др.), формирования самоконтроля (Е.И. Бугрименко, Н.М. Гнедова, Т.Н. Доронова и др.), субъектности (О.В. Суворова) и т.д.

Данная проблематика нашла свое широкое отражение и в исследованиях Л.С. Выготского, В.И. Слободчикова, Е.И. Исаева, У.В. Ульенковой, О.А. Конопкина, Н.О. Сипачева и других авторов. Данные авторы анализировали период дошкольного возраста с точки зрения его сенситивности в аспекте формирования произвольного поведения и психической саморегуляции, указывая, что данные особенности оказывают прямое влияние на общее развитие дошкольников. Именно поэтому, проблема формирования саморегуляции и произвольности в дошкольном возрасте становится на современном этапе весьма актуальной.

Федеральным государственным стандартом дошкольного образования непосредственно становление саморегуляции в двигательной сфере отражается в задачах образовательной области «Физическое развитие». Процесс развития саморегуляции в данной связи является важным направлением физического и психического развития дошкольников, являясь личностным новообразованием, формирование которого происходит в разнообразных видах деятельности и означает сформированность произвольной регуляции деятельности и поведения, наличие способностей к самоконтролю.

На сегодняшний день целенаправленная организация работы по формированию навыков саморегуляции у детей 5-6 лет, как правило, отсутствует, ввиду отсутствия специализированных методик формирования данных навыков. Таким образом, возникает **противоречие** между возрастающей необходимостью формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции и недостаточным использованием арттерапии для данного процесса.

Таким образом, можно сформулировать **проблему данного исследования**: каковы возможности арттерапии как средства формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции?

Актуальность данной проблемы и обусловила выбор темы исследования: «Формирование у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии».

Объект исследования: процесс формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.

Предмет исследования: формирование у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить возможности арттерапии как средства формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.

Гипотеза исследования: предполагаем, что процесс формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии будет более эффективным если:

- в совместную деятельность педагога и детей будут включены различные техники арттерапии для формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции;
- обогащена развивающая предметно-пространственная среда различными средствами арттерапии (заданиями по оригами);
- организована работа с родителями воспитанников по обучению техникам арттерапии.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую литературу по проблеме формирования навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста.

2. Выявить уровень сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.

3. Разработать и апробировать содержание и методы работы по формированию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами арттерапии.

Методологическую основу исследования составили:

– исследования специфики развития волевой сферы детей дошкольного возраста (Л.И. Божович, Л.С. Выготского, А.В. Запорожца, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, В.К. Котырло, Е.О. Смирновой)

– исследования психологических механизмов саморегуляции (П.Я. Гальперина, Т.В. Захаровой, В.А. Иванникова, О.А. Конопкина, А.А. Смирнова, Е.О. Смирновой, Д.Б. Эльконина).

– исследования арттерапии (Ф.С. Василюк, А.М. Зинович, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, Г.Ю. Мартьяновой, Ю.Е. Шабашевой, С.А. Черняевой).

Для достижения поставленной цели, решения задач и проверки выдвинутой гипотезы использовались следующие **методы исследования:**

– теоретические: анализ психологической, педагогической и научно-методической литературы по проблеме исследования,

– эмпирические: наблюдение, беседы с детьми, интервьюирование, педагогический эксперимент,

– качественный и количественный анализ полученных результатов.

Новизна исследования заключается в разработке содержания и методов работы по формированию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами арттерапии.

Теоретическая значимость исследования заключается в обобщении различных взглядов на проблему формирования навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста, выявлении развивающего потенциала арттерапии как средства формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.

Практическая значимость исследования заключается в разработке и апробации комплекса занятий по формированию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами арттерапии. Полученные результаты эмпирического исследования могут быть использованы педагогами и педагогами-психологами дошкольных образовательных учреждений в процессе подготовки детей 5-6 лет к обучению в школе.

База исследования: МБУ д/с 199 «Муравьишка» г.о. Тольятти. Выборку исследования составили воспитанники старшей группы ДОУ в количестве 30 человек в возрасте 5-6 лет.

Структура выпускной квалификационной работы включает следующие компоненты: введение, две главы, заключение, список использованной литературы (51 источник) и 10 приложений. Работу иллюстрируют 8 таблиц.

Глава 1. Теоретическое исследование проблемы формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии

1.1 Психолого-педагогические основы проблемы формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции

В стремительно развивающемся современном обществе, где социальная успешность и личные достижения выходят на первый план, эмоциональная сфера подвергается все большему напряжению. Современный дошкольник, так же, как и взрослый подвержен постоянно возрастающим нагрузкам. Не вызывает сомнений тот факт, что эмоции оказывают влияние на личностное развитие ребенка, а их неэффективное управление приводит к нарушению психологического здоровья. Это влечет за собой необходимость рассмотрения проблемы формирования навыков саморегуляции у современных детей уже на этапе дошкольного возраста [51, с. 64].

В процессе развития саморегуляция определяется социальными требованиями общества к особенностям поведения индивида. Формирование произвольной саморегуляции предполагает возможность осознавать и контролировать ситуацию, процесс. Саморегуляция – это процесс управления человеком собственными психологическими и физическими состояниями, а также поступками. Саморегуляция предполагает наличие эталона и возможности получения сведений о контролируемых действиях и состояниях. Волевая регуляция основана на самоконтроле человека, как компонента саморегуляции [36, с. 237].

Человек, в отличие от животных, действует разумно, т.е. выполняет действия, направленные на достижение сознательно поставленной цели. Такие действия называются волевыми. Чем больше препятствий и чем сильнее у человека желание достигнуть цели, тем больше мышечного и нервного напряжения требует волевое действие. Это напряжение человек переживает как волевое усилие. Состояние волевого напряжения человек

испытывает и при необходимости тормозить свои действия и другие внешние проявления своих переживаний или желаний. Выдержка, самообладание, отказ от того, что отвечает желаниям, но противоречит более высоким по своей общественной значимости мотивам, требуют также волевого напряжения, усилий, т.е. подлинно волевого действия [39, с. 51].

В работах Л.С. Выготского указывается, что для дошкольного возраста суть формирования саморегуляции, самоконтроля и произвольного поведения состоит в преодолении зависимости ребенка от воспринимаемой, наглядной ситуации. Согласно представлениям Л.С. Выготского, в период кризиса 7 лет исчезает непосредственное отношение к действительности, характерное для дошкольников, то есть становится возможным раздвоение действия, его сознательная организация с помощью психологических средств [12, с. 139]. Подобные данные можно наблюдать и у современных авторов: Е.И. Исаевым и В.И. Слободчиковым указывается, что период дошкольного возраста является сенситивным и основным в рамках формирования произвольных поступков и действий. Это период возникновения качественного нового типа поведения ребенка, который в полном смысле слова можно характеризовать как субъектный [19, с. 967].

У.В. Ульенкова процесс формирования саморегуляции рассматривала в контексте развития общих способностей к обучению. С точки зрения автора, саморегуляция выступает в качестве важного фактора, развитие которого служит основной предпосылкой эффективной интеллектуальной деятельности старших дошкольников. Степень сформированности саморегуляции, по мнению автора, находится в прямой зависимости от сформированности действий самоконтроля на различных этапах реализации деятельности [39, с. 14]. Особенности саморегуляции дошкольников также исследовали представители структурно-функционального подхода О.А. Конопкина и Н.О. Сипачев. Авторами рассматривается как формируется психическая саморегуляция у старших дошкольников в интеллектуальной деятельности [21, с. 147]. В целом дошкольный возраст со всей

определенностью можно назвать периодом опробования свободы. В качестве признаков подобного поведения можно выделить инициативность, активность, самостоятельность. Необходимыми атрибутами свободы являются выбор и ответственность.

На сегодняшний день в психолого-педагогической литературе рассматриваются разнообразные подходы в определении содержания и сущности самоконтроля. С точки зрения П.П. Блонского и Т.И. Гаваковой самоконтроль представляется в качестве акта интеллектуальной деятельности индивида, определенной формы развития человеческого мышления, самосознания и качества ума. А.Я. Арет и Л.Б. Ительсон рассматривали самоконтроль в качестве особого компонента учебной деятельности, сущность которого заключается в умении анализировать, контролировать и регулировать ход деятельности и непосредственно процесс достижения результата. А.С. Лында определяет самоконтроль как качество личности, напрямую связанное с особенностями самостоятельности и активности индивида, а также как структурный компонент процесса самовоспитания. В.Я. Ляудис характеризует самоконтроль как систему определенных действий, которые направлены на наблюдение и контроль за ходом собственной деятельности, оценивание и проверку достигнутого результата [11, с. 217].

Анализ различных точек зрения на понятие самоконтроля позволяет отметить, что самоконтроль выступает в качестве структурного компонента определенной деятельности и включает сформированные умения человека контролировать процесс собственной деятельности, умение соблюдать заданный алгоритм выполнения, контролировать верное следование этапам деятельности:

- прогнозировать цель и возможность достижения результата;
- прогнозировать трудности, которые могут возникнуть в ходе выполнения задания и планировать способы их устранения;
- планировать путь достижения поставленной цели;

- самостоятельно диагностировать правильность реализации запланированных этапов;

- адекватно оценивать достигнутый результат [10, с. 53].

В связи с различными нюансами в определении сущности самоконтроля разные авторы выделяют разные его функции. В их числе называют:

- проверочную функцию (умение проверять выполнение каждого шага собственной деятельности);

- оценочную функцию (умение оценивать правильность или неправильность каждого шага своей деятельности);

- регулирующую функцию (умение принимать решение о необходимости внесения изменений в осуществляемую деятельность для обеспечения её целенаправленного протекания) [13, с. 55].

Функции самоконтроля аналогичны функциям контроля. Различие заключается в направленности действия: при самоконтроле – на себя, на свою деятельность; при контроле – на другие объекты. Все функции реализуются в единстве, однако на разных этапах развития самоконтроля та или иная из них доминирует. Так, оценочная функция является системообразующей, поэтому она имеет место на всех этапах формирования самоконтроля, и от качества её реализации зависят все остальные функции.

С точки зрения П.Я. Гальперина в своем развитии самоконтроль проходит определенные стадии [11, с. 219]:

- первоначально самоконтроль осуществляется с опорой на внешний образец и контролируется основное действие;

- далее действие самоконтроля постепенно «сливается» с основным действием, обращаясь к внешнему образцу время от времени;

- на следующем этапе самоконтроль реализуется без опоры на образец, сливаясь с основным действием;

– на этапе завершения процесса развития самоконтроль опережает само действие, упреждая его.

Внешний контроль является средством формирования самоконтроля, который, в свою очередь, постепенно становится необходимым компонентом совершенствования контролирующей деятельности, так как действие самоконтроля формируется на основе и в процессе внешнего контроля.

Анализ современных образовательных программ дошкольных учреждений свидетельствует об их слабой ориентированности на процесс развития у дошкольников навыков саморегуляции деятельности и произвольности поведения. Как итог, выпускники ДОО, попадая в условия общеобразовательной школы зачастую характеризуются импульсивностью поведения, неумением адекватно реагировать на возникающие трудности, отсутствием умения соблюдать установленные правила и требования.

Психологами различаются следующие уровни саморегуляции детей 5-6 лет.

Первый (высший) уровень. Ребенок способен принимать задание целиком, с сохранением всех его компонентов до конца работы. Процесс выполнения задания характеризуется сосредоточенностью, без отвлечения на посторонние раздражители, темп работы приблизительно одинаков на всех этапах. Выполнение отличается точностью, практически без ошибок. Если ошибка есть, то она, как правило, обнаруживается и устраняется при проверке. Прикладывает усилия, чтобы задание было выполнено аккуратно и правильно [10, с. 54].

Второй уровень. Ребенок способен воспринимать задание полностью, удерживая его смысл до конца занятия. В ходе выполнения возможны ошибки, которые самостоятельно не устраняются. Проверка осуществляется не качественно, беглым просмотром. Качеством оформления не озабочен, хотя присутствует желание получения хорошего результата.

Третий уровень. Ребенок воспринимает лишь некоторую часть задания. При этом, задание в полном объеме до конца занятия не сохраняется.

Забывание исходной инструкции приводит к большому количеству ошибок, которые ребенком не фиксируются, и не исправляются. Отсутствует желание улучшить выполненное задание, чтобы достичь наилучшего результата [18, с. 132].

Четвертый уровень. Инструкция воспринимается лишь частично, с последующей ее полной утерей. Задание выполняет хаотично, выставляя требуемые символы в случайном порядке. Ошибок не видит, не стремится их обнаружить и исправить. При получении сигнала о завершении задания, моментально теряет к нему и без того скудный интерес. В качестве работы и результате не заинтересован.

Пятый уровень (самый низкий). Ребенок абсолютно не воспринимает инструкцию взрослого, зачастую не понимая, что от него хотят. В лучшем случае ребенок осознает, что должен исполнить какие-то манипуляции с бумагой и карандашом. Поэтому задание «выполняется» посредством беспорядочного разрисовывания листа без учета наличия строчек и полей [19, с. 967].

Таким образом, обобщение опыта изучения проблемы произвольности поведения и саморегуляции деятельности на примере периода дошкольного детства позволяет выявить противоречие между наличием возможности раннего формирования произвольности и осознанной саморегуляции и недостатком необходимых знаний в данном направлении. Почти всеми авторами, исследующими период дошкольного возраста и особенности психологической готовности к обучению в школе, произвольной саморегуляции уделяется особое внимание. Л.И. Божович рассматривала наличие умения соподчинения мотивов собственной деятельности и поведения в качестве основной предпосылки готовности к обучению в школе. По мнению автора, данное явление в норме формируется уже в конце периода дошкольного возраста.

Д.Б. Элькониным в качестве предпосылок успешного интеллектуального, физического и психического развития ребенка

рассматриваются умения ребёнка, которые возникают на основе произвольной регуляции действий. К подобным умениям относят [11, с. 221]:

- способность дошкольников к сознательному подчинению собственных действий, определенным правилам,
- умение следовать установленным требованиям и правилам,
- умение внимательно слушать, запоминать задание и в точности соблюдать предложенную инструкцию или алгоритм выполнения задания в устной форме,
- умение самостоятельно осуществлять выполнение предложенного задания с опорой на зрительно воспринимаемый образец.

На данные аспекты развития произвольности опирается подготовка и развитие детей дошкольного возраста. Фактически эти умения отражают уровень актуального развития произвольности. Согласно представлениям, ведущих учёных, произвольность как психическое понятие оказывается связанной с другими психическими понятиями, такими как: воля, мотивация, воображение и рефлексия [22, с. 63].

Обобщение практического опыта работы позволяет сформировать особенности саморегуляции в контексте эмоционального развития дошкольника 5-6 лет. Ребенок на данном возрастном этапе осознает и выделяет у себя различные эмоции: радость, грусть, обида, злоба или страх. Устанавливает причины возникновения эмоций с помощью взрослого. Имеет общие, однообразные, недифференцированные представления о способах эмоциональной саморегуляции [33, с. 135]. Положительно относится к сверстникам, умеющим управлять своими эмоциями. Выражает желание научиться регулировать свое эмоциональное состояние. Понимает важность и значимость эмоциональной саморегуляции для общения, но не устанавливает четкой причинно-следственной связи между эмоциями и конструктивным взаимодействием. Процесс развития саморегуляции у детей происходит через становление всех её подсистем (ценностно-смысловой сферы, активности и рефлексии), а также посредством формирования

психологических механизмов саморегуляции, представляющих собой особые формы взаимосвязи этих компонентов.

1.2 Развивающий потенциал арттерапии как средства формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции

От степени совершенства процессов саморегуляции зависит успешность, надежность, продуктивность, конечный исход любого акта произвольной активности. Более того, все индивидуальные особенности поведения и деятельности определяются функциональной сформированностью, динамическими и содержательными характеристиками тех процессов саморегуляции, которые осуществляются субъектом активности. Незрелость данной психической функции может привести к нарушению адаптационных механизмов.

Дошкольный возраст рассматривается многими учёными как период первоначального фактического развития личности, период формирования основных механизмов поведения, мотивационной и эмоциональной сфер, самосознания. В этом возрасте впервые обнаруживают себя механизмы управления поведением ребёнка: усвоение и применение норм и правил поведения, соподчинение мотивов, целевая организация деятельности, умение предвидеть последствия поступков. Однако эти психологические образования еще не выполняют в полной мере своих регулирующих функций, и в этом смысле дошкольникам приписывается недостаточность волевого развития. Процесс развития саморегуляции у детей происходит через становление всех её подсистем, а также посредством формирования психологических механизмов саморегуляции, представляющих собой особые формы взаимосвязи этих компонентов [36, с. 238].

Незрелость данной психической функции может привести к нарушению адаптационных механизмов. Наряду с использованием традиционных методов, важную роль в преодолении трудностей развития

могут сыграть методы арттерапии. Продуктивная деятельность имеет большие образовательные и развивающие возможности. Она, безусловно, влияет на социальное развитие дошкольников. В этой связи осуществление продуктивной деятельности выступает как объективная возможность формирования навыков саморегуляции [42, с. 719].

Анализ профессиональной деятельности педагогов и специалистов в ДОУ, с учетом ФГОС ДО, показывает, что становится недостаточно использовать только традиционные приемы компенсации и коррекции отклонений в развитии. В связи с этим возникает необходимость поиска новых эффективных способов работы, применение новых форм и методов. Наряду с использованием традиционных методов, важную роль в преодолении трудностей развития могут сыграть методы арттерапии. В связи с чем, в настоящее время все более активно применяется такой инновационный здоровьесберегающий подход, как психотерапия искусством. Воздействие посредством творчества – арттерапия или «терапия творческим самовыражением».

Арттерапия как метод психологической коррекции саморегуляции основывается на том, что состояние внутреннего «Я» ребенка отражается в продуктах его творчества, избавляя от чрезмерного напряжения, внутреннего конфликта, позволяет «выплеснуть» негативные переживания, гармонизирует внутреннее состояние. В продуктивной творческой деятельности ребенок получает возможность не только уменьшить излишнее возбуждение, тревожность, агрессивность, недоверие к окружающему миру, но и обрести уверенность в себе и успех, а также связанные с ним положительные переживания и образцы поведения [46, с. 191]. Продуктивная деятельность имеет большие образовательные и развивающие возможности. Она, безусловно, влияет на социальное развитие дошкольников.

Кроме того, одной из наиболее значимых характеристик арттерапевтического взаимодействия является опыт позитивной совместной деятельности, развитие коммуникативной активности, актуализации ролей

«зритель – участник», придание ценности детским переживаниям. Таким образом, арттерапия обладает возможностями мягкой гуманной поддержки личности ребенка, развивает его способности к самопознанию (Дж. Аллан, М. Бурно, А.И. Копытин, Л.Д. Лебедева, Ловенфельд, Е.Г. Макарова) [3, с. 121].

Арттерапия, в дословном переводе, это терапия с помощью искусства. Обычно подразумевается изобразительное искусство. Но данное направление можно рассматривать шире: любое искусство может быть инструментом для коррекции, будь то рисование, лепка, танцы, создание мультфильмов и т. д. Поэтому в системе психотерапевтической работы с детьми можно выделить основные направления использования искусства:

- психофизиологическое, связанное с коррекцией психосоматических нарушений;
- психотерапевтическое, связанное с воздействием на когнитивную и эмоциональную сферу;
- психологическое, выполняющее регулятивную, коммуникативную функции;
- социально-педагогическое, связанное с развитием эстетических потребностей, расширением общего и художественно-эстетического кругозора, с активизацией потенциальных возможностей ребёнка в практической художественной деятельности и творчестве [13, с. 56].

В целом в процессе арттерапевтических занятий происходит личностный рост ребёнка, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к саморегуляции чувств и поведения, и что немаловажно – развивается творческая активность [17, с. 46].

В работах А.А. Осиповой описаны основные задачи арттерапевтических технологий в рамках формирования и развития навыков произвольного поведения детей и формирования у них навыков саморегуляции:

– предоставление возможности создания оптимального выхода проявлений агрессивности и различных негативных чувств. В этой связи рассматривается разнообразная работа с картинами, собственными изображениями, скульптурными композициями, способствующая тренировке навыков безопасного способа «разрядки» и освобождения от негативных эмоций;

– получение информативного материала в контексте диагностической работы на предмет выявления нарушений эмоционального состояния. Результаты продуктивной изобразительной деятельности могут храниться достаточно долгое время, позволяя проследить динамику развития испытуемых. Стилль их выполнения и особенности содержания позволяют составить объективное мнение об эмоциональном состоянии респондента;

– проработка мыслей и чувств испытуемого в ходе диагностической и коррекционной работы. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений. Развить чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками, картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм;

– сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию;

– развить творческие способности и повысить самооценку. Побочным продуктом арттерапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития. Арттерапия дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям [30, с. 149].

Традиционно различают индивидуальную и групповую форму арттерапии. Приоритет отдается групповой форме. К основным методам арттерапии сегодня относятся: рисуночная терапия и терапия, основанная на изобразительном искусстве; драмматерапия; музыкотерапия; танцевальная

терапия; библиотерапия; терапия киноискусством. Наиболее разработаны техники рисуночной терапии. Такие методы терапии, как психодрама, сказко- и мифотерапия, построены на общих для всех видов арттерапии механизмах и специфических для данного метода техниках и в настоящее время являются самостоятельными.

Современные арттерапевтические технологии в контексте работы с детьми основаны на активизации и полноценной реализации имеющегося потенциала ребенка. Утверждается, что такой подход обеспечивает появление мощного ресурса, помогающего детям справляться с трудностями, преодолевать определенные заболевания, компенсировать имеющиеся недостатки. В сравнении с иными методами арттерапевтические технологии обладают определенными преимуществами [13, с. 57]:

В первую очередь, использование арттерапевтических технологий положительно влияет на развитие мотивации детей к определенной деятельности. Главное в подобной ситуации – заинтересовать ребенка. При этом, абсолютно не важно, что именно он будет делать: рисовать, лепить или создавать композиции из природного материала. Желание побуждает действие – именно такой подход способен максимально эффективно «спровоцировать» ребенка на участие в активной познавательной и продуктивной деятельности, повышая самооценку и собственную значимость, обеспечивая сопричастность к чему-то «большому» в случае коллективной работы.

Во-вторых, в рамках арттерапии используются самые разнообразные виды творческой продуктивной деятельности (ИЗО, лепка, конструирование и пр.), в ходе реализации которых дети знакомятся с нестандартными техниками исполнения.

В-третьих, в качестве одного из главных преимуществ арттерапии выступает феномен возможного оживления персонажа. Процесс «оживления» дети воспринимают как нечто удивительное, вызывая бурную

эмоциональную реакцию и положительно влияя на эмоциональное состояние воспитанников.

Участие детей в различных видах продуктивной деятельности формирует у детей высокие образцы умелости. Развитие ручных навыков основывается на осмысленной моторике, которая внутренне связана с процессом становления творческого воображения. Важнейшая из функций продуктивной деятельности в рамках арттерапии – это интеграция во время её осуществления процессов мышления, воображения и творчества детей дошкольного возраста.

В процессе реализации продуктивной деятельности в рамках арттерапии происходит формирование различных важных качеств личности: активности, инициативы, самостоятельности и пр. Дошкольник учится проявлять инициативу и самостоятельность при планировании содержания работы, подборе средств для ее реализации, демонстрировать активное участие в выполнении задания [17, с. 48]. Также в рамках арттерапии осуществляется развитие способностей ставить конкретные цели в соответствии с поставленной задачей и условиями работы, умение организовывать собственную деятельность и контролировать ее.

Само содержание продуктивной деятельности в рамках арттерапии является очень привлекательным для детей дошкольного возраста. В силу своего созидательного характера подобная деятельность создает благоприятные условия для становления социально-личностных качеств ребёнка и способствует его успешной социализации в обществе. По мнению Ю.Н. Соловьёвой [6, с. 97] воспитательно-образовательная работа педагога по формированию навыков саморегуляции и социальному развитию детей средствами арттерапевтической деятельности, должна строиться с учетом определенных принципов.

В первую очередь, педагог, организующий деятельность детей в рамках арттерапии, должен учитывать основные закономерности осуществления продуктивной деятельности. Работа должна осуществляться по принципу «от

простого к сложному», и «от общего к частному». Во-вторых, в ходе подобной деятельности должна быть реализована актуализация социальных знаний детей, проявляющаяся в определении сущности деятельности и ее содержания, а также в применяемых способах и методах обучения. В-третьих, педагог, организующий деятельность детей в рамках арттерапии, должен обеспечивать наличие взаимосвязей между разнообразными видами деятельности детей и их интеграции.

В случае соблюдения данных принципов при организации арттерапевтической деятельности детей дошкольного возраста, педагогу удаётся соподчинить творческие и социальные задачи воспитания. Анализируя вышеизложенное можно сделать вывод о том, что в процессе арттерапевтической продуктивной деятельности формируются такие важные качества личности как активность, самостоятельность, инициатива. Ребёнок приучается быть активным в наблюдении, выполнении работы, следовать инструкции и правилам, проявлять самостоятельность и инициативу в продумывании содержания, подборе материалов, целеустремлённости в работе и умении довести дело до конца.

Таким образом, подводя итоги первой главы нашего исследования можно сделать вывод, что навыки саморегуляции у дошкольников проявляются в основном в деятельности и поведении. Одним из средств формирования навыков саморегуляции является арттерапия. Этот вид терапии при правильном использовании может давать значимые результаты. Анализ практического опыта в использовании техник арттерапии в работе с детьми свидетельствует о том, что вышеописанные методы позволяют эффективно работать с чувствами и мыслями ребенка, формируя у него навыки саморегуляции и способствуя его адаптации в социуме.

Глава 2. Экспериментальное исследование формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии

2.1 Выявление уровня сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции

Цель исследования: выявление уровня сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции.

Выборку исследования составили воспитанники старшей группы ДООУ в количестве 30 человек в возрасте 5-6 лет. Из них 15 детей – экспериментальная группа; 15 детей – контрольная группа (Приложение А).

Задачи констатирующего эксперимента:

- 1) разработать основные показатели диагностической работы;
- 2) подобрать диагностический комплекс методик и провести диагностику навыков саморегуляции;
- 3) обработать полученный экспериментальный материал.

Анализ психолого-педагогической литературы и исследований У.В. Ульенковой, А.И. Высоцкого, О.А. Конопкиной, Д.Б. Эльконина позволил выявить следующие показатели сформированности навыков саморегуляции у детей 5-6 лет:

- умение контролировать себя в деятельности;
- умение дисциплинированно выполнять задание;
- умение самостоятельно выполнять задание;
- умение регулировать собственные действия;
- умение работать в рамках инструкции.

С целью выявления уровня сформированности вышеперечисленных показателей на констатирующем этапе исследования был применен ряд диагностических методик (Табл. 1)

Таблица 1 – Диагностическая карта исследования

Показатели	Диагностические методики
Умение контролировать себя в деятельности	Диагностическая методика 1. «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» (А.И. Высоцкий).
Умение дисциплинированно выполнять задание	
Умение самостоятельно выполнять задание	
Умение регулировать собственные действия	Диагностическая методика 2. «Изучение уровня саморегуляции» (У.В. Ульenkова)
Умение работать в рамках инструкции	Диагностическая методика 3. «Кодирование» (11-й субтест теста Д. Векслера в версии А.Ю. Панасюка)

Диагностическая методика 1. «Метод наблюдения для оценки волевых качеств» (А.И. Высоцкий).

Цель методики: оценка волевого компонента саморегуляции (волевых качеств самостоятельности, выдержки, дисциплинированности) детей дошкольного возраста, проявляемых в каком – либо виде деятельности.

Обработка результатов диагностической работы осуществляется в соответствии с пятибалльной системой оценивания.

Низкий уровень сформированности волевых качеств – 1 балл – данное волевое качество у субъекта не сформировано.

Уровень «ниже среднего» – 2 балла – волевые качества испытуемого развиты весьма слабо.

Средний уровень сформированности волевых качеств – 3 балла.

Уровень «выше среднего» – присваивается при получении ребенком четырех баллов - данное волевое качество сильно развито у субъекта.

Высокий уровень сформированности волевых качеств дошкольников присваивается при получении ребенком 5 баллов – данное волевое качество развито у субъекта очень сильно.

Общий уровень развития волевых качеств рассчитывается в виде среднего арифметического значения, получаемого в процессе деления суммы

полученных испытуемым оценок на число оценивающих. Наиболее оптимальным является среднее арифметическое значение около четырех баллов и выше, свидетельствующее о том, что волевые качества у дошкольника развиты на уровне, соответствующем возрастным нормам. Если данный показатель меньше четырех – это говорит о том, что волевые качества у дошкольника проявляются слабо. Подобные расчеты преследуют целью диагностику силы проявления определенных волевых качеств.

Устойчивость волевых качеств оценивается на основе частоты проявлений определенных признаков соответствующего волевого качества. Волевое качество признается более-менее устойчивым, когда, например, один из его признаков наблюдается у субъекта около трех раз в неделю. Если подобных признаков два и более – то не менее двух раз в неделю за время наблюдения. Более редкое проявление свидетельствует о неустойчивости волевого качества.

Таким образом, если волевое качество определенной силы и устойчивости проявляется только в одном виде деятельности (учение, труд, спорт, общественная работа), можно считать, что это влияние мотива, интереса к данной деятельности, если в двух и более видах деятельности — что это, скорее всего, качество личности.

В рамках диагностической работы были получены данные (Приложение Б), позволяющие сделать следующие выводы:

Таблица 2 – Количественные результаты уровня сформированности умения контролировать себя в деятельности

Уровни	Констатирующий этап исследования			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	в %	Кол-во детей	в %
Низкий	6	40	6	40
Ниже среднего	2	15	2	15
Средний	5	25	5	25
Выше среднего	1	10	1	10
Высокий	1	10	1	10

Из таблицы 2 видно, что дети контрольной и экспериментальной группы имеют одинаковые результаты по уровню сформированности умения контролировать себя в деятельности.

Низкий уровень сформированности умения контролировать себя в деятельности: 1 балл – данное волевое качество у субъекта не сформировано у 40% детей в экспериментальной группе – это Роман, Владимир, Эльвира, София, Вероника, Анна, в КГ это Женя, Диана, Кристина, Карина, Иван.

Средний уровень сформированности умения контролировать себя – три балла у 25% детей в экспериментальной группе – Артем, Саша, Карина, Миша, Александр. В контрольной группе – это Коля, Арина, Дарина, Артем и Костя.

Уровень «выше среднего» – присваивается при получении ребенком четырех баллов – данное волевое качество сильно развито у 10% детей – Камиль (ЭГ) и Равиль (КГ).

Уровень «ниже среднего» – два балла – волевые качества испытуемого развиты весьма слабо у 15% детей экспериментальной группы – это Владислав и Егор, в контрольной группе – это Владислав, Женя.

Высокий уровень сформированности умения контролировать себя в деятельности дошкольников присваивается при получении ребенком пяти баллов – данное волевое качество развито у субъекта очень сильно, наблюдается у 10% детей (ЭГ: Вика, КГ: Софья).

В результате полученные данные свидетельствуют о том, что у большей части детей уровень сформированности умения контролировать себя в деятельности имеют низкий уровень.

Результаты диагностической работы по методике оценки проявлений волевых качеств дошкольников в контексте сформированности умения дисциплинированно выполнять задание представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Количественные результаты уровня сформированности умения дисциплинированно выполнять задание

Уровни	Констатирующий этап исследования			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	в %	Кол-во детей	в %
Низкий	5	25	1	10
Ниже среднего	2	15	2	15
Средний	6	40	5	25
Выше среднего	1	10	6	40
Высокий	1	10	1	10

Проанализировав полученные результаты, можно прийти к выводу, что уровень дисциплинированности у детей ЭГ находится на среднем уровне (40%) – это Александр, Вика, Миша, Анна, София, Егор, а в КГ – 40% детей на уровне выше среднего – это Коля, Карина, Арина, Дарина, Артем, Костя.

Результаты диагностической работы по методике оценки проявлений волевых качеств дошкольников в контексте сформированности умения самостоятельно выполнять задание представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Количественные результаты уровня сформированности умения самостоятельно выполнять задание

Уровни	Констатирующий этап исследования			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	в %	Кол-во детей	в %
Низкий	5	25	6	40
Ниже среднего	2	15	2	15
Средний	6	40	5	25
Выше среднего	1	10	1	10
Высокий	1	10	1	10

В ходе проведенного исследования определили, что у детей ЭГ сформированность навыков самостоятельности выражена на среднем уровне – это Артем, Карина, Эльвира, Роман, Владимир, у детей КГ – на низком уровне – это Женя, Иван, Костя, Артем, Кристина.

Диагностическая методика 2. «Изучение уровня саморегуляции» (У.В. Ульяновская).

Цель методики: определение уровня умения регулировать свои действия. Позволяет определить уровень саморегуляции дошкольников по тому, как дети выполняют задание с соблюдением определенных правил.

На листе тетради в рамках одной линейки на протяжении 15 минут детям предложено написать простым карандашом черточки и палочки в определенном порядке. При этом особо оговаривается выполнение следующих четырех правил:

- соблюдать определенную последовательность;
- не выходить за пределы начерченных полей;
- контролировать перенос символов со строки на строку;
- изображать заданные символы через одну строку.

В рамках диагностической работы были разработаны определенные критерии оценки уровня сформированности умения контролировать себя в ходе реализации деятельности у дошкольников:

- уровень полноты принятия задания. Ребенок принимает задание в полной мере, частично, либо не воспринимает совсем;
- уровень полноты сохранения предъявленных условий и содержания задания на протяжении деятельности. Ребенок помнит задание и условия выполнения; запоминает лишь частично; улавливает, но не запоминает;
- особенности самоконтроля в ходе выполнения задания. Зависит от характера ошибок, которые допускает ребенок, возможность самостоятельного обнаружения и исправления ошибок;
- особенности действий самоконтроля при оценивании достигнутого результата деятельности. Ребенком тщательно проверяется выполненное задание, беглая проверка, либо отказ от проверки.

Обработка результатов

В соответствии с оценочными критериями сформированности действий самоконтроля выделяется пять уровней сформированности саморегуляции в интеллектуальной деятельности детей (в направлении от низшего к

высшему). Уровни служили целям количественной и качественной оценки сформированности саморегуляции.

Очень низкий уровень. Испытуемый не способен адекватно принять задание, не понимает сущности поставленной задачи. Понимание поставленной задачи ограничивается тем, что ребенок понимает лишь то, что должен что-то изобразить на бумаге с помощью карандаша. Разрисовывает и беспорядочно расписывает лист. Строчки и поля на листе не являются ограничением поля деятельности. Соответственно, в достижении результата не заинтересован. Работа не проверяется. В данном случае о проявлениях навыков саморегуляции говорить не приходится.

Низкий уровень. Ребенком принимается только часть задания. Практически сразу забывает установленные правила. Требуемые символы располагаются не по правилам, а в случайном порядке. Ошибки не фиксируются, не исправляются ни в ходе выполнения, ни при проверке. При получении сигнала о завершении работы оставляет задание без внимания, не проверяет, качество работы ребенка не беспокоит. В достижении результата не заинтересован.

Уровень ниже среднего. Испытуемый первоначально принимает задание в полной мере, однако не всегда способен сохранить контроль за собой на протяжении выполнения задания. Поэтому черточки и палочки в результате находятся в беспорядке. В процессе работы не может по памяти воспроизвести установленные изначально правила, поэтому допускает много ошибок. В ходе работы ошибки ребенком не фиксируются, не исправляются на в ходе выполнения, ни при проверке. Улучшить качество работы не пытается и не стремится. В достижении результата не заинтересован.

Средний уровень. Испытуемый принимает задание в полной мере, способен осуществлять контроль над ним на протяжении всего занятия. В ходе работы возможно наличие небольшого количества ошибок, однако, они не фиксируются ребенком и не устраняются. На протяжении времени, которое специально отведено для проверки, ошибки также не исправляются.

Время для проверки не используется ребенком в полной мере, он лишь бегло просматривает выполненное задание. На качество оформления должного внимания не обращает. Присутствует общее стремление достигнуть хорошего результата.

Высокий уровень. Задание и инструкция к нему воспринимаются ребенком в полной мере и сохраняется до самого конца выполнения задания. В ходе работы ребенок проявляет сосредоточенность, отвлекаемость отсутствует. Минимальное количество ошибок. Ошибки самостоятельно обнаруживаются и исправляются, либо в ходе работы, либо на стадии проверки. По завершению задания все тщательно проверяется, правки вносятся аккуратно. Заботится о качестве выполнения задания. Стремится к достижению хорошего результата.

Таблица 5 – Количественные результаты уровня сформированности умения регулировать собственные действия

Уровни	Констатирующий этап исследования			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	в %	Кол-во детей	в %
Низкий	5	25	6	40
Ниже среднего	2	15	2	15
Средний	6	40	5	25
Выше среднего	1	10	1	10
Высокий	1	10	1	10

Низкий уровень умения регулировать собственные действия в ЭГ выявлен 5 детей (Вика, Саша, Владислав, Анна, Вероника), в КГ – 6 детей. – Уровень ниже среднего в ЭГ у 2 детей (Камиль, Роман), в КГ – 2 ребенка (Диана, Виолетта). Средний уровень умения регулировать собственные действия в ЭГ выявлен у 6 детей (Коля, Егор, Эльвира, Анна, Вика, Саша), в КГ – 5 детей (Арина, Равиль, Карина, Кристина, Диана). Уровень выше среднего уровень в ЭГ наблюдается у 1 ребенка (Артем), в КГ также 1 ребенок (София). Высокий уровень находятся в ЭГ 1 ребенок (Владимир), в КГ – 1 ребенок (Дарина).

Из таблицы 5 видно, что низкий уровень умения регулировать собственные действия выявлен в ходе диагностики у 25% детей экспериментальной группы и 40% детей контрольной группы. Испытуемые не способны адекватно принять задание, не понимают сущности поставленной задачи. Беспорядочно зарисовывают лист символами. Строчки и поля на листе не соблюдаются и не служат ограничением. В достижении результата не заинтересован. Работа не проверяется. В данном случае о проявлениях умений регулировать собственные действия говорить не приходится.

15% испытуемых экспериментальной и контрольной группы продемонстрировали в ходе диагностики уровень умения регулировать собственные действия ниже среднего. Дети в основном не следуют установленной последовательности изображаемых символов, выступают за указанные пределы листа, допускают ошибки при переносе символов на следующую строку. Воспринимается только часть предложенного задания, которое практически сразу забывается. Требуемые символы располагаются не по правилам, а в случайном порядке. Ошибки не фиксируются, не исправляются в ходе выполнения, ни при проверке. При получении сигнала о завершении работы оставляет задание без внимания, не проверяет, качество работы не беспокоит. В достижении результата не заинтересованы.

40% испытуемых экспериментальной и 25% детей контрольной группы продемонстрировали в ходе диагностики средний уровень саморегуляции. В ходе работы дети не всегда соблюдают установленную последовательность изображаемых элементов, временами выступают за указанные пределы листа, допускают ошибки при переносе символов на следующую строку. Принимают задание в полной мере лишь на первоначальном этапе, однако впоследствии не всегда сохраняют контроль за собой на протяжении выполнения задания. Поэтому черточки и палочки в результате находятся в беспорядке. Не могут по памяти воспроизвести установленные изначально правила, поэтому допускают много ошибок. Ошибки не фиксируются, не

исправляются ни в ходе выполнения, ни при проверке. Улучшить качество работы не пытаются. В достижении результата не заинтересованы.

10% детей экспериментальной и контрольной группы – продемонстрировали в ходе диагностики уровень умения регулировать собственные действия выше среднего. В ходе работы дети практически всегда соблюдают установленную последовательность изображаемых элементов, в основном не выступают за указанные пределы листа, могут допускать ошибки при переносе символов на последующую строку. Задание принимается детьми в полной мере, осуществляется контроль над ним на протяжении всего задания. В ходе работы возможно наличие небольшого количества ошибок, однако, они не фиксируются ребенком и не устраняются. На протяжении времени, отведенного для проверки, ошибки также устраняются. Дети бегло просматривают выполненное задание, не обращая внимания на мелкие детали и недочеты. Качеству оформления должное внимание не уделяется. Присутствует общее стремление достигнуть хорошего результата.

10% испытуемых экспериментальной группы и контрольной группы показали в ходе диагностики высокий уровень умения регулировать собственные действия. В ходе работы дети соблюдают установленную последовательность изображаемых элементов, не выступают за указанные пределы листа, контролируют верный перенос символов на последующую строку. Задание и инструкция к заданию воспринимаются ребенком полностью и сохраняется до самого конца выполнения задания. В ходе работы эти дети проявляют сосредоточенность, не отвлекаются. Ошибки практически отсутствуют, но их появление дети могут самостоятельно обнаружить и исправить. После выполнения задания все тщательно проверяется, правки вносятся аккуратно. Дети обращают внимание на качество выполнения задания. Стремятся к достижению хорошего результата.

Методика 3. Методика «Кодирование» (11-й субтест теста Д. Векслера в версии А.Ю. Панасюка).

Цель: выявление умения ребенка действовать в рамках инструкции и осуществлять кодирование с помощью символов.

Оцениваемые универсальные учебные действия: знаково-символические действия – кодирование (замещение; регулятивное действие контроля.)

Метод оценивания: индивидуальная работа с детьми.

Описание задания: ребёнку предлагается в течение 2 минут осуществить кодирование, поставив в соответствие определённому изображению условный символ. Задание предполагает тренировочный этап (введение инструкции и совместную пробу с психологом). Далее предлагается продолжить выполнение задания, не допуская ошибок и как можно быстрее.

Критерии оценивания: количество допущенных при кодировании ошибок, число дополненных знаками объектов.

В ходе выявления умения детей осуществлять кодирование с помощью символов выявлены следующие результаты (Табл. 6).

Таблица 6 – Количественные результаты уровня сформированности умения выполнять действия в рамках инструкции

Уровни	Констатирующий этап исследования			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	в %	Кол-во детей	в %
Низкий	5	25	6	40
Ниже среднего	2	15	2	15
Средний	6	40	5	25
Выше среднего	1	10	1	10
Высокий	1	10	1	10

25% детей ЭГ и 40% детей КГ не понимают или плохо понимают инструкции. Выполняют задание правильно на тренировочном этапе и фактически сразу же прекращают или делают много ошибок на этапе самостоятельного выполнения. Умение кодировать не сформировано. У 40%

детей ЭГ и 25% детей КГ происходит адекватное выполнение задания кодирования, но они допускают достаточно много ошибок (до 25 % от выполненного объема) либо работают крайне медленно. У 10% детей ЭГ и 10% детей КГ – сформированность действия кодирования (замещения). Ребенок быстро понимает инструкцию, действует адекватно. Количество ошибок незначительное.

На основе обобщения данных промежуточных методик исследования был определен итоговый уровень сформированности навыков саморегуляции детей 5-6 лет (Табл. 7).

Низкий уровень сформированности навыков саморегуляции характеризуется отсутствием сформированных у детей умений контролировать себя в ходе деятельности, постоянным нарушением дисциплины при выполнении заданий, отсутствием самостоятельности в ходе работы, отсутствием регуляции собственных действий, постоянным нарушением требований предъявленной инструкции.

Средний уровень сформированности навыков саморегуляции характеризуется недостаточно сформированными у детей умениями контролировать себя в ходе реализации деятельности, проявлениями нарушений дисциплины при выполнении заданий, недостаточной самостоятельности в ходе работы, недостаточным регулированием собственных действий, периодическим нарушением требований предъявленной инструкции.

Высокий уровень сформированности навыков саморегуляции предполагает сформированные у детей умения контролировать себя в ходе реализации деятельности, соблюдать дисциплину при выполнении заданий, проявлять самостоятельность в ходе работы, осознанно регулировать собственные действия, четко следовать требованиям предъявленной инструкции.

Таблица 7 – Сводные результаты сформированности навыков саморегуляции у детей 5-6 лет

Уровни	Констатирующий этап исследования			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Кол-во детей	в %	Кол-во детей	в %
Низкий	7	45	8	55
Средний	6	40	5	25
Высокий	2	15	2	20

Низкий уровень сформированности навыков саморегуляции выявлен у 45% детей экспериментальной группы и 55% детей контрольной группы. Средний уровень сформированности навыков саморегуляции диагностирован у 40% детей экспериментальной группы и 25% детей контрольной группы. Высокий уровень сформированности навыков саморегуляции у 15% детей экспериментальной группы и 20 % детей контрольной группы.

Таким образом, по результатам проведенной диагностической работы можно констатировать, что навыки саморегуляции в данной группе дошкольников сформированы преимущественно на среднем уровне и уровне ниже среднего. Считаем необходимым отметить и существенное количество детей с низким и очень низким уровнем развития навыков саморегуляции. Данный уровень сформированности является недостаточным для полноценного освоения учебно-образовательной программы, в связи с чем считаем целесообразным проведение дополнительной работы, направленной на формирование навыков саморегуляции.

2.2 Содержание и организация работы по формированию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами арттерапии

Данные, полученные в ходе диагностической работы на констатирующем этапе исследования, позволяют отметить недостаточный уровень сформированности навыков саморегуляции у дошкольников 5-6 лет. Исходя из полученных результатов и с учетом возрастных и индивидуальных

возможностей детей был организован формирующий этап педагогического эксперимента, основанный на использовании методов арттерапии в контексте формирования навыков саморегуляции у дошкольников.

В начале нашего исследования была выдвинута гипотеза, положения которой легли в основу данного этапа исследования:

- совместную деятельность педагога и детей будут включены различные техники арттерапии для формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции;
- обогащена развивающая предметно-пространственная среда различными средствами арттерапии (заданиями по оригами).
- организована работа с родителями воспитанников по обучению техникам арттерапии.

Для подтверждения первого положения гипотезы была реализована образовательная программа «Арттерапия в работе с детьми», которая предполагала следующие этапы:

Этап 1. Ознакомительно-диагностический. Изучение результатов констатирующего этапа исследования.

Этап 2. Деятельностный. Работа с детьми, родителями и педагогами.

Этап 3. Рефлексивный.

В ходе реализации деятельностного этапа предполагалось проведение работы с детьми, родителями и педагогами (Приложение В).

В рамках данного исследования с целью формирования у детей навыков саморегуляции использовалось в работе с детьми относительно новое направление арттерапии – оригами.

Оригами – это процесс конструирования ребенком различных фигур из бумаги путем складывания бумаги без вырезания и склеивания. Сущность данной технологии арттерапии заключается в процессе работы ребенка с бумагой различного цвета, фактуры и размера. Дети изготавливают поделки разнообразной пространственной формы и структуры. Это могут быть фигурки птиц, животных, цветы или предметы домашнего обихода. В ходе

подобной работы происходит формирование у детей навыков саморегуляции, развитие мелкой моторики, ловкости, тренировка пространственного мышления, внимания и памяти, двигательной активности. Отметим особенности реализации технологии оригами в контексте развития навыков саморегуляции детей:

- процесс складывания бумаги осуществляется в соответствии с определенным алгоритмом действий ребенка;

- наличие прогнозируемого позитивного результата (если следовать инструкции, то фигурка будет красивой и похожей на оригинал);

- возможность руководства процессом, т.е. ребенок может самостоятельно изменять элементы фигуры, превращая ее в фигурку другого содержания;

- освоение техники оригами доступно детям, начиная с дошкольного возраста;

- достаточно быстрое достижение результата.

В этой связи сформулированы основные задачи работы в процессе формирующего эксперимента:

- развитие навыков саморегуляции у детей дошкольного возраста,

- развитие умений детей устанавливать логические связи между создаваемыми из бумаги объектами и реальными жизненными объектами,

- учить детей следовать заданной инструкции и осуществлять работу в соответствии с алгоритмом,

- учить детей анализировать сделанные педагогом конструкции и на основе этого анализа планировать создание собственной бумажной конструкции,

- поощрять инициативу и творческую самостоятельность детей.

Содержание работы по развитию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами техники оригами и конструирования из бумаги

заключается в проведении с детьми комплекса занятий, которые включают соблюдение определенных этапов работы:

- 1 этап – ознакомление детей с разнообразными фигурками из бумаги в разных техниках: сминание, сгибание, оригами, мозаика из бумаги.
- 2 этап – обучение детей различным техникам работы с бумагой.
- 3 этап – закрепление полученных детьми навыков и умений в работе с техникой оригами.

Рассмотрим подробнее этапы работы в рамках формирующего эксперимента.

Первый этап обучения. На данном этапе обучения дети закрепляли ранее приобретенные умения работать в технике оригами и осваивали приемы новой для них техники «объемная скульптура» из бумаги.

В ходе работы дети осваивали следующие новые способы действия с бумагой:

- загиб боковой стороны прямоугольника, который получен из квадрата, к центру прямоугольника;
- загиб нижнего угла треугольника, который получен из квадрата, к соответствующей стороне треугольника;
- загиб нижнего угла треугольника, который получен из квадрата, к противоположной стороне треугольника;
- скручивание прямоугольника, который получен из квадрата, в цилиндр.

Вновь используемые способы конструирования подразумевают выполнение детьми способов действий и операций, которые ими уже были освоены ранее. Это в значительной степени облегчало детям процесс освоения новых техник работы.

С целью первоначального ознакомления детей с новой техникой конструирования из бумаги нами использовалась проблемная ситуация игрового характера «Превращение волшебного квадрата», которая

трансформировалась по мере использования каждого из осваиваемых способов действия. Также в ходе данной работы детям демонстрировали разнообразные дополнительные детали различной формы, цвета и размера. Осуществлялся их анализ и предлагались варианты их использования. После этого дети начинают выполнение геометрической фигуры с помощью новых приемов.

Для получения разнообразных и вариативных поделок детям раздавались различные наборы деталей, объединение которых с одинаковыми геометрическими фигурами давало возможность получить новый образ поделки.

Дополнительные детали, которые использовались нами на первом этапе работы, характеризовались определенной конкретностью. Это были ушки разной формы, различные листочки, крылышки, варианты хвостиков, колючки из бумаги. Конкретной дополнительной детали позволяла детям определить их принадлежность к конкретному образу. На следующих занятиях дополнительные детали были уже более абстрактными (кружки, полоски бумаги, овалы) и требовали от детей проявления фантазии с целью их применения в конкретной поделке.

В ходе первого занятия дети, используя самостоятельно выполненную основу в виде прямоугольника с загнутыми к центру сторонами, дополняли ее деталями, создавали разнообразные поделки – кроватку, домик, телевизор, корзинку (Приложение Г). Существенные затруднения в ходе данной работы испытывали дети, у которых на констатирующем этапе был диагностирован низкий уровень навыков саморегуляции: Роман, Владимир, Эльвира, София, Вероника и Анна.

В ходе второго занятия, используя самостоятельно выполненную основу в виде треугольника с загнутыми углами к соответствующей стороне углами и дополнив ее новыми деталями сделали мордочки животных – медведя, зайца, лисы и волка. Некоторые дети (Вика и Камиль) с помощью данной основы сделали поделку цветка (Приложение Д).

В ходе третьего занятия, изготовленная детьми фигура в виде треугольника с загнутыми углами к противоположной стороне углами с добавлением дополнительных деталей позволила создать различные конструкции – ведро, чайник, колокольчик, шапку и пр. (Приложение Е). Роман, Владимир, Эльвира, София, Вероника и Анна снова затруднялись в ходе выполнения задания, им требовалась помощь педагога.

В ходе четвертого занятия, дети сворачивали прямоугольники в цилиндры. С добавлением дополнительных деталей дети превратили цилиндры в божью коровку, фонарик, бусы, бабочку, дерево и пр. (Приложение Ж). С этим заданием хорошо справлялись все дети, кроме Софии и Эльвиры.

Таким образом, на каждом из проведенных занятий дети использовали самостоятельно изготовленные основы, добавляли на свое усмотрение дополнительные детали, получая при этом абсолютно разные фигурки и поделки. Отметим, что часть детей (Камиль, Вика, Карина и Александр) пользовалась при изготовлении поделок приемом мысленного сопоставления деталей. Но, в основном, детьми использовался метод практического примеривания, Дети прикладывали различные детали к своей основе, и смотрели, что из этого может получиться.

Некоторые дети уже на этом этапе пытаются самостоятельно видоизменить полученную основу, чтобы поделка стала более выразительной. Так, одни дети (Камиль и Артем) обрезают верхние углы для получения округлых ушей медведя, другие (Карина, Миша, София) — надрезают стороны прямоугольника для получения резных ножек стола и т.п. Располагая по-разному одни и те же детали, дети могут получать новые образы. Все это говорит о творческих проявлениях детей.

Реализация второго этапа работы предполагала формирование у дошкольников навыков и умений самостоятельно применять уже освоенные ранее способы с целью создания нового, более сложного изделия. С этой целью на занятиях дошкольникам предлагались к решению ситуации,

носящие проблемный характер. В процессе решения ситуаций ребенок должен был не только перенести знакомые действия в новые условия, но трансформировать их и комбинировать.

Все занятия в количестве четырех характеризуются единой структурой построения. Изначально мы предъявляли детям уже готовый образец поделки, которую планирует изготавливать на занятии. Образец совместно анализируется, характеризуется способ изготовления поделки. После этого, из предложенных образцов ребенок выбирал наиболее ему понравившийся и делал ее самостоятельно. На этапе завершения занятия представленные работы обсуждались. Педагогом обращалось внимание на проявление фантазии детей и оригинальности при выполнении задания. Отмечалось, каким образом дети смогли скомбинировать знакомые детали, использовать в работе дополнительные материалы (нитки, краски, тесьму). Важным на данном этапе работы является и процесс сравнения поделок каждого ребенка с поделками других детей, и поиск различий между изделиями.

В ходе первого занятия данного этапа предложили детям новые образцы поделки: пароход, рыбку, птичку и кувшинку. При этом, в отличие от предыдущего этапа работы не объясняли принцип их изготовления. Дети анализировали образцы и пытались самостоятельно выявить основной способ изготовления изделия, а также определить приемы, с помощью которых его можно выполнить (двойное складывание, загибание угла и пр.). Также детям было предложено проанализировать дополнительные детали, которыми можно дополнить образец для большего соответствия образу (Приложение И). Роман, Владимир, Эльвира, София, Вероника и Анна снова затруднялись в ходе выполнения задания, им требовалась помощь педагога. Это дети, которые демонстрировали в ходе исследования низкий уровень навыков саморегуляции. Тем не менее, в сравнении с предыдущим этапом работы, дети проявляли большую самостоятельность, более активно обращались за помощью педагога и пытались найти выход из затруднительной ситуации.

На втором занятии этого этапа показали дошкольникам четыре образца поделок по теме «Цирковые животные»: слоненок, свинка, медведь, собачка, предложили их проанализировать, после чего выполнить самостоятельно одну из поделок. Для выполнения данного задания требовалось видоизменить фигурку, которая была сделана с помощью приема скручивания прямоугольника в форму цилиндра. Ребенок должен был верно надрезать цилиндр, после чего отогнуть клапаны и самостоятельно сделать необходимые, по его мнению, дополнительные детали. С этим заданием все справились хорошо.

На следующем занятии предполагалось использование детьми двух уже знакомых им способов: закручивание прямоугольника в цилиндр и отгибание боковых сторон прямоугольника к его центру. Эти способы дети должны увидеть сами при анализе образцов, найти нужную их комбинацию и прием соединения. В результате дети делают следующие поделки: цистерну, самолет, фигурки животных и др. Все дети активно участвовали в работе, проявляя заинтересованность и пытаясь верно выполнить задание. Лучше всех это получилось у Карины и Камиля.

В ходе четвертого занятия детям предлагалось изготовить поделки для общей композиции «Мебельный магазин». Дети самостоятельно изготавливали бумажные цилиндры, которые отличались друг от друга размером, и комбинировали их на свое усмотрение (Приложение К).

В начале этого этапа обучения София, Владимир и Роман не сразу смогли обнаружить знакомый способ в новых готовых поделках. Педагог, поддерживая правильные суждения других детей, помог им с этим справиться. Камиль, Вика и Дарина вносили в заданные образцы изменения с помощью дополнительных операций (надрезание, отворачивание углов и т.п.) и деталей. При общем обсуждении готовых детских работ обращалось на это внимание всех детей.

В рамках реализации третьего этапа было организовано творческое конструирование из бумаги. Детям были предложены к использованию

разнообразные материалы: разные виды бумаги (ватман, писчая, фольга, гофрированная) различного цвета и принадлежности для работы (ножницы, клей, линейка, карандаш и пр.). Этому этапу было посвящено 3 занятия. Организация работы по творческому конструированию предполагала осуществление ребенком полного цикла работы. Дети должны были самостоятельно придумать изделие, которое они будут делать, составить алгоритм работы и выполнить его, соблюдая определенную последовательность. София, Владимир и Роман испытывали затруднения в ходе придумывания будущего изделия, однако в ходе работы проявили старательность и дисциплинированность, верно выполнив задание.

В целом, на занятиях все дети проявляли заинтересованность, поскольку не были ограничены в теме работы, проявляли фантазию, высказывали оригинальные идеи. Иногда тематика от занятия к занятию повторялась у некоторых детей. Но, при этом, каждая последующая игрушка отличалась своеобразием и оригинальными структурными элементами. Некоторые дети на каждом занятии делали принципиально новые игрушки, которые были простые по форме, но разные по выразительности образа. Также некоторые дети предпочли в ходе данного этапа объединиться в группу и сделать совместную композицию.

Можем отметить проявление детьми на данном этапе более ответственного подхода к работе. Поскольку им было поручено все сделать самостоятельно от начала до конца. Это выступило особым стимулом для детей. На этапе завершения эксперимента было проведено еще одно занятие, в ходе которого дети изготавливали гирлянды для своей группы. Дети, складывая многократно и в разных направлениях квадраты из бумаги различного цвета и фактуры, и по-разному вырезая их, получили в результате гирлянды разных листочков, елочек, человечков, цветочков и др. Этими гирляндами впоследствии было украшено помещение группы и веранда на участке.

Дети быстро включались в работу над созданием собственных изделий из бумаги, что позволяет обнаружить развитие умения абстрагироваться. В процессе конструирования из бумаги обнаружились успехи в развитии умения синтезировать, способность детей внимательно наблюдать и анализировать.

Таким образом, использование в работе с детьми техники оригами позволяет:

- развивать у детей навыки саморегуляции и самоконтроля;
- развивать у детей умение самостоятельно планировать поделку, дополняя ее новыми деталями и элементами;
- развивать познавательную и творческую активность, умение видоизменять существующий объект;
- развивать память, внимание, мышление (образное и логическое), мелкую моторику;
- совершенствовать умения конструирования из бумаги.

Работа с педагогами подразумевала проведение следующих мероприятий:

Мастер-класс по организации саморегуляции детей 5-6 лет. Цель: формирование умения педагогов организовывать детей 5-6 лет в игровой деятельности для развития саморегуляции.

Тренинг на развитие воображения, мелкой моторики рук посредством арттерапии. Цель: сформировать умения детей 5-6 лет мелкой моторики рук, воображения посредством арттерапии.

Семинар-практикум по применению активных методов обучения саморегуляции детей 5-6 лет посредством арттерапии. Цель: сформировать умение применять активные методы обучения саморегуляции детей 5-6 лет посредством арттерапии.

Работа с родителями подразумевала проведение следующих мероприятий:

Творческая мастерская «Настроение моего ребенка». Цель: формирование у родителей умения понимать настроение ребенка в различных жизненных ситуациях.

Практикум «Развитие саморегуляции моего ребенка посредством арттерапии. Как правильно это делать?». Цель: сформировать целостное представление об методике арттерапии, ее причинах и последствиях, а также формирование действенной позиции по отношению к своему ребенку.

Тренинг «Вместе с детьми». Цель: формирование практических умений в области применения арттерапии для развития саморегуляции ребенка.

Конференция «Как я развиваю способность моего ребенка к саморегуляции». Цель: формирование умений родителей анализировать, систематизировать и обобщать свой опыт применения арттерапии для развития детей и представлять его широкой общественности путем самопрезентации.

2.3 Динамика сформированности у детей 5-6 лет навыков саморегуляции посредством арттерапии

После проведения формирующего эксперимента с целью выявления эффективности использования проделанной работы, мы провели контрольный эксперимент.

Задачи контрольного эксперимента:

- провести повторную диагностику уровня сформированности навыков саморегуляции у дошкольников;
- сделать выводы по результатам проведения опытно-практической работы.

На контрольном этапе эксперимента использовались методы исследования и критерии оценки, как и на констатирующем этапе эксперимента. Анализ данных, полученных в ходе контрольного эксперимента (Приложение Л), позволяет констатировать существенное

повышение уровня сформированности навыков саморегуляции и проявлений волевых качеств у детей дошкольного возраста (Табл.8).

Таблица 8 – Динамика развития навыков саморегуляции у детей 5-6 лет

Уровни	Констатирующий этап		Контрольный этап	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
Сформированность умения контролировать себя в деятельности				
Низкий	40	40	0	40
Ниже среднего	15	15	10	15
Средний	25	25	15	25
Выше среднего	10	10	40	10
Высокий	10	10	35	10
Сформированность умения дисциплинированно выполнять задание				
Низкий	25	10	0	10
Ниже среднего	15	15	5	15
Средний	40	25	25	25
Выше среднего	10	40	30	40
Высокий	10	10	40	10
Сформированность умения самостоятельно выполнять задание				
Низкий	25	40	0	40
Ниже среднего	15	15	10	15
Средний	40	25	15	25
Выше среднего	10	10	40	10
Высокий	10	10	35	10
Сформированность умения регулировать собственные действия				
Низкий	25	40	0	40
Ниже среднего	15	15	5	15
Средний	40	25	25	25
Выше среднего	10	10	30	10
Высокий	10	10	40	10
Сформированность умения выполнять задания в рамках инструкции				
Низкий	25	40	0	40
Ниже среднего	15	15	10	15
Средний	40	25	25	25
Выше среднего	10	10	35	10
Высокий	10	10	30	10
Сводный уровень сформированности навыков саморегуляции				
Низкий	45	40	0	40
Средний	40	40	30	35
Высокий	15	20	70	25

Анализ данных, приведенных в таблице, позволяет отметить, что результаты детей экспериментальной группы демонстрируют явное наличие положительной динамики.

По показателю сформированности умения контролировать себя в деятельности количество детей с высоким уровнем увеличилось на 25%, с

уровнем выше среднего – на 30%. Доля детей со средней степенью сформированности умения контролировать себя снизилась на 10% за счет отсутствия в группе детей с низким уровнем сформированности навыков самоконтроля. Количество детей с уровнем ниже среднего также снизилось на 5%. Показателей, соответствующих низкому уровню развития умения контролировать себя в деятельности у дошкольников после проведенной работы не выявлено.

По показателю сформированности умения дисциплинированно выполнять задание количество детей с высоким уровнем увеличилось на 30%. С уровнем выше среднего – на 20%. Доля детей со средней степенью сформированности умения дисциплинированно выполнять задание снизилось на 15%. Количество детей с уровнем ниже среднего также снизилось на 10%. Показателей, соответствующих низкому уровню сформированности дисциплинированности у дошкольников после проведенной работы не выявлено.

По показателю сформированности умения самостоятельно выполнять задание количество детей с высоким уровнем увеличилось на 25%, с уровнем выше среднего – на 30%. Доля детей со средней степенью сформированности умения самостоятельно выполнять задание снизилось на 25%. Количество детей с уровнем ниже среднего также снизилось на 5%. Показателей, соответствующих низкому уровню самостоятельности у дошкольников после проведенной работы не выявлено.

По показателю сформированности умения регулировать собственные действия количество детей с высоким уровнем увеличилось на 30%, с уровнем выше среднего – на 20%. Доля детей со средней степенью сформированности умения регулировать собственные действия снизилось на 15%. Количество детей с уровнем ниже среднего также снизилось на 10%. Показателей, соответствующих низкому уровню умения регулировать собственные действия у дошкольников после проведенной работы не выявлено.

По показателю сформированности умения выполнять задание в рамках инструкции количество детей с высоким уровнем увеличилось на 20%, с уровнем выше среднего – на 25%. Доля детей со средней степенью сформированности умения выполнять задание в рамках инструкции снизилось на 15%. Количество детей с уровнем ниже среднего также снизилось на 5%. Показателей, соответствующих низкому уровню умения выполнять задание в рамках инструкции у дошкольников после проведенной работы не выявлено.

Таким образом, результаты опытно-практической работы позволяют сделать вывод о том, что целенаправленная и специально организованная развивающая работа средствами арттерапии оказывает существенное влияние на формирование навыков саморегуляции дошкольников и развитие у них волевых качеств. Данный вывод подтверждают результаты контрольного этапа эксперимента.

В рамках проведенной работы дети в большинстве своем научились следовать заданной инструкции и установленным правилам, соблюдать определенные этапы выполнения задания и проверять их соответствие ранее составленному плану действий. Дети стали внимательно проверять результаты своей работы, самостоятельно обнаруживать и исправлять допущенные ошибки, обращать внимание не только на конечный результат, но и на процесс его достижения и т.д.

По общему показателю сформированности навыков саморегуляции в группах испытуемых можно отметить, что количество детей с высоким уровнем в экспериментальной группе увеличилось на 55%, со средним – уменьшилось на 10% за счет того, что в эту группу переместились дети с низким уровнем. Показателей, соответствующих низкому уровню развития навыков саморегуляции у дошкольников экспериментальной группы после проведенной работы не выявлено. В контрольной группе результаты диагностики по сравнению с констатирующим экспериментом практически неизменными. На 5% снизилось количество детей со средним уровнем

сформированности навыков саморегуляции, и на 5% увеличилось количество детей с высоким уровнем сформированности навыков саморегуляции.

Результаты экспериментальной работы позволяют сделать вывод о том, что включение занятий по оригами и конструирования из бумаги, работа с родителями и обогащенная техниками оригами развивающая предметно-пространственная среда оказывают значимое влияние на формирование навыков саморегуляции детей 5-6 лет. Данный вывод подтверждают результаты контрольного эксперимента. Дети научились следовать заданной инструкции и установленным правилам, соблюдать определенные этапы выполнения задания и проверять их соответствие ранее составленному плану действий. Они стали внимательно проверять результаты своей работы, самостоятельно обнаруживать и исправлять допущенные ошибки, обращать внимание не только на конечный результат, но и на процесс его достижения и т.д. В итоге можно сделать вывод, что цель исследования достигнута, все задачи решены, гипотеза доказана.

Заключение

Теоретический анализ литературы в контексте темы исследования, а также результаты практической работы с детьми позволяют сделать следующие выводы:

Саморегуляция – это процесс управления человеком собственными психологическими и физическими состояниями, а также поступками. Саморегуляция предполагает наличие эталона и возможности получения сведений о контролируемых действиях и состояниях. Волевая регуляция основана на самоконтроле человека, как компонента саморегуляции. Процесс развития саморегуляции у детей происходит через становление всех её подсистем (ценностно-смысловой сферы, активности и рефлексии), а также посредством формирования психологических механизмов саморегуляции, представляющих собой особые формы взаимосвязи этих компонентов.

От степени совершенства процессов саморегуляции зависит успешность, надежность, продуктивность, конечный исход любого акта произвольной активности. Более того, все индивидуальные особенности поведения и деятельности определяются функциональной сформированностью, динамическими и содержательными характеристиками тех процессов саморегуляции, которые осуществляются субъектом активности. Незрелость данной психической функции может привести к нарушению адаптационных механизмов.

Анализ профессиональной деятельности педагогов и специалистов в ДОУ, с учетом ФГОС ДО, показывает, что становится недостаточно использовать только традиционные приемы компенсации и коррекции отклонений в развитии. В связи с этим возникает необходимость поиска новых эффективных способов работы, применение новых форм и методов. Наряду с использованием традиционных методов, важную роль в преодолении трудностей развития могут сыграть методы арттерапии. Арттерапия при правильном использовании может давать значимые

результаты. Анализ практического опыта в использовании техник арттерапии в работе с детьми свидетельствует о том, что вышеописанные методы позволяют эффективно работать с чувствами и мыслями ребенка, формируя у него навыки саморегуляции и способствуя его адаптации в социуме.

По результатам проведенной диагностической работы можно констатировать, что навыки саморегуляции в данной группе дошкольников сформированы преимущественно на среднем уровне и уровне ниже среднего. Считаем необходимым отметить и существенное количество детей с низким и очень низким уровнем развития волевых качеств и навыков саморегуляции. Данный уровень сформированности является недостаточным для полноценного освоения образовательной программы.

Исходя из полученных результатов и с учетом возрастных и индивидуальных возможностей детей был организован формирующий этап педагогического эксперимента, основанный на выдвинутой в начале исследования гипотезе о том, что работа по формированию навыков саморегуляции детей 5-6 лет посредством арттерапии будет эффективнее, если: в совместную деятельность педагога с детьми будут включены различные техники арттерапии для формирования у детей 5-6 лет навыков саморегуляции; обогащена развивающая предметно-пространственная среда различными средствами арттерапии (заданиями по оригами); организована работа с родителями воспитанников по обучению техникам арттерапии.

В рамках данного исследования с целью формирования у детей навыков саморегуляции использовалось в работе с детьми относительно новое направление арттерапии – оригами. В ходе подобной работы происходит формирование у детей навыков саморегуляции, развитие мелкой моторики, ловкости, тренировка пространственного мышления, внимания и памяти, двигательной активности. Содержание работы по развитию у детей 5-6 лет навыков саморегуляции средствами техники оригами и конструирования из бумаги заключается в проведении с детьми комплекса занятий, которые включают соблюдение определенных этапов работы.

Результаты экспериментальной работы позволяют сделать вывод о том, целенаправленная и специально организованная развивающая работа оказывает существенное влияние на формирование навыков саморегуляции дошкольников и развитие у них волевых качеств. Данный вывод подтверждают результаты контрольного эксперимента. В рамках проведенной работы дети в большинстве своем научились следовать заданной инструкции и установленным правилам, соблюдать определенные этапы выполнения задания и проверять их соответствие ранее составленному плану действий. Дети стали внимательно проверять результаты своей работы, самостоятельно обнаруживать и исправлять допущенные ошибки, обращать внимание не только на конечный результат, но и на процесс его достижения и т.д.

Все выше изложенное свидетельствует о том, что выдвинутая нами гипотеза подтвердилась, цель работы достигнута, задачи решены.

Список используемой литературы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования [Текст] : офиц. текст. – М. : Центр педагогического образования, 2014. – 32 с.
2. Абраменкова, В.В. Социальная психология детства [Текст]: учебное пособие / В.В. Абраменкова. – М. : ПЕРСЭ, 2013. – 431 с.
3. Абрамова, Г.С. Возрастная психология [Текст]: учебное пособие для вузов / Г.С. Абрамова. - М.: Академический Проект, 2012. – 623 с.
4. Агарагимова, В.К. Система комплексных арт-терапевтических занятий для детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст] : учеб.-метод. пособие / В.К. Агарагимова. — Махачкала, 2014. – 149 с.
5. Арпентьева, М.Р. Сказкотерапия в развитии понимания себя и мира [Текст] / Под ред. М.Р. Арпентьевой. – Калуга: КГУ, 2015. – 792 с.
6. Арпентьева, М.Р. Стихотерапия. [Текст] / Под ред. М.Р. Арпентьевой. – Калуга: КГУ, 2017. – 800 с.
7. Белехов, Ю.Н. Психолого-педагогическая программа развития компонентов саморегуляции у дошкольников и младших школьников [Текст] / Ю.Н. Белехов, Н.В. Давиденко // Современная социальная психология: теоретические подходы и прикладные исследования. – 2009. – № 4. – С. 94-110.
8. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте [Текст] : учебное пособие для вузов / Л.И. Божович. – СПб. : Питер, 2009. – 257 с.
9. Былкина, Н.Д. Развитие представлений детей об эмоциях в онтогенезе [Текст] / Н.Д. Былкина, Д.В. Люсин // Вопросы психологии. – 2000. – №5. – С.34-57.
10. Бехтерев, В.М. Мозг: структура, функция, патология, психика [Текст] / В.М. Бехтерев // Избр. тр. : в 2-х т. – М. : Поматур, 1994. – Т. 1. – 750 с.

11. Веникова, Ю.В. Произвольная саморегуляция поведения младших школьников и дошкольников, как педагогическая проблема [Текст] / Ю.В. Веникова, Н.Н. Коробкина, О.А. Нефедова // Личность как объект психологического и педагогического воздействия. – 2017. – С. 52-55.
12. Возрастная психология: детство, отрочество, юность [Текст] : учебное пособие для пед. вузов. – М.: Академия, 2014. – 624 с.
13. Выготский, Л.С. Психология [Текст] / Л.С. Выготский. – М.: Эксмо-Пресс, 2014. – 296 с.
14. Гуськова, О.А. Использование разных видов деятельности в становлении саморегуляции у дошкольников собственных действий [Текст] / О.А. Гуськова, А.А. Лопаткина, В.Д. Рунова // Вестник научных конференций. – 2016. – № 12. – С. 54-57.
15. Дарвиш, О.Б. Возрастная психология [Текст]: учебное пособие для студ. вузов / О.Б. Дарвиш - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2012. – 264 с.
16. Дрешер, Ю. Библиотерапия: теория и практика [Текст] / Ю. Дрешер. – СПб. : Профессия, 2008. – 272 с.
17. Запорожец, А.В. Хрестоматия по детской психологии: от младенца до подростка. [Текст] / А.В. Запорожец, Д.Б. Эльконин, А.Н. Леонтьев. – М.: МПСИ, 2005. – 207 с.
18. Королева, А.А. Использование креативных методов арт-терапии в коррекционно-развивающей работе психолога с детьми младшего школьного возраста с задержкой психического развития [Текст] / А.А. Королева // Специальное образование. – 2009. – № 3. – С. 46-51.
19. Кисова, В.В. Теоретические и экспериментальные исследования саморегуляции в учебно-познавательной деятельности у детей с нормальным и задержанным темпом развития [Текст] / В.В. Кисова // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2013. – Т. 15. – № 2-1. – С. 130-135.
20. Кисова, В.В. Формирование саморегуляции как компонента психологической подготовки к школьному обучению у старших

дошкольников [Текст] / В.В. Кисова // *Фундаментальные исследования*. – 2013. – № 8. – С. 965-969.

21. Кисова, В.В. Психодиагностические подходы к изучению саморегуляции в учебно-познавательной деятельности у старших дошкольников [Текст] // *Современные проблемы науки и образования*. – 2015. – №1-1. – С. 15-77.

22. Конопкин, О.А. Психологические механизмы саморегуляции деятельности [Текст] / О.А. Конопкина. – М.: Ленанд, 2011. – 320 с.

23. Крылова, Л.Н. Развитие саморегуляции старших дошкольников в педагогически организованной игровой деятельности [Текст] / Л.Н. Крылова // В сборнике *Новые идеи – новый мир. Сборник научных работ молодых ученых*. – 2015. – С. 63-65.

24. Кулагина, И.Ю. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости [Текст]: Учебное пособие для вузов / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. – М.: Юрайт, 2011. – 464 с.

25. Куриленко, Л.В. Особенности формирования навыков саморегуляции в системе дошкольного воспитания [Текст] / Л.В. Куриленко, А.А. Селезнев, А.О. Казакова, Л.А. Иванова // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта*. – 2017. – №10. – С. 133-138.

26. Лисина, М.И. Формирование личности ребенка в общении [Электронный ресурс] / М.И. Лисина. – СПб. : Питер, – 2010.// Режим доступа: <http://www.koob.ru> (дата обращения: 23.10.2018).

27. Мамайчук, И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии [Текст]: учеб. пособие / И.И. Мамайчук. – Санкт-Петербург, 2001. – 220 с.

28. Мартыанова Г.Ю. Об эффективности арт-терапии в коррекции эмоциональных нарушений дошкольников / Г.Ю. Мартыанова, А.М. Зинович // *Вестник Московского городского педагогического университета*. – 2008. – № 3. – С. 106-111.

29. Мухина, С.Н. Коррекция психомоторного развития дошкольников на музыкально-ритмических занятиях [Текст] / С.Н. Мухина // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. – 2008. – № 5. – С.40-45.
30. Немов, Р.С. Психология. [Текст] : учебное пособие для студентов высш. пед. учебн. завед. / Р.С. Немов. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 2013. – 569 с.
31. Осипова, А.А. Общая психокоррекция. [Текст] : учеб. пособие для студентов высших специальных учебных заведений / А.А. Осипова. – М., ТЦ «Сфера». – 2014. – 512 с.
32. Овчарова, Р.В. Справочная книга практического психолога [Текст] / Р.В. Овчарова – М.: ТЦ «Сфера», 2011. – 476 с.
33. Ошкина, А.А. Содержание предметно-пространственной среды группы детского сада для формирования эмоциональной саморегуляции у старших дошкольников [Текст] / А.А. Ошкина, И.Г. Цыганкова // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. – 2015. – №4. – С. 146-149.
34. Садовникова, Т.Ю. Компетентность родителей и развитии саморегуляции дошкольников [Текст] / Т.Ю. Садовникова // Психологическое благополучие современной семьи. – 2016. – №4. – С.133-137.
35. Слостенин, В.А. Психология и педагогика [Текст]: учеб. для вузов / В.А. Слостенин. – М.: Академия, 2008. – 314 с.
36. Столяренко, Л.Д. Психология и педагогика [Текст] / Л.Д. Столяренко. – М.: Академия, 2012. – 285 с.
37. Сипачев, Н.О. Особенности становления произвольной саморегуляции в дошкольном и младшем школьном возрасте [Текст] / Н.О. Сипачев // Личностные и когнитивные аспекты саморегуляции деятельности человека / под ред. В.И. Моросановой. – М.: ПИ РАО, 2016. – С. 235-270.

38. Теория и практика психологической службы в образовании [Текст]: учебное пособие / О.А. Белобрыкина. – Омск. : Изд-во «Наука», 2008. – 572 с.
39. Ульенкова, У.В. Экспериментальное изучение формирования саморегуляции в структуре общей способности к учению шестилетних детей с задержкой психического развития [Текст] / У.В. Ульенкова, В.В. Кисова // Дефектология. – 2011. – № 1. – С. 26-33.
40. Ульенкова, У.В. Субъектность ребенка дошкольного возраста как фактор его саморазвития [Текст] // Проблемы развития личности в современных условиях: возрастной и профессиональный аспект: коллективная монография /Под ред. Т.Н. Князевой. – Н. Новгород: НГПУ, ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2010. – С. 11-29.
41. Филиппов, Ю.В. Сказка в процессе социализации детей [Текст] / Ю.В. Филиппов, И.Н. Кольцова // Мир психологии. – 2003. – № 3. – С. 160-174.
42. Фостовец, С.Г. Современные технологии эффективной социализации и развития саморегуляции у дошкольников как средство реализации системно-деятельностного подхода в условиях стандартизации дошкольного образования [Текст] / С.Г. Фостовец // Стратегические направления образования Оренбургской области. – 2017. – С. 717-722.
43. Холмогорова, А.Б. Принципы и навыки психогигиены эмоциональной жизни [Текст] / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян // Психология мотивации и эмоций – 2002. – 752 с. – С. 548-557.
44. Цыганкова, И.Г. Эмоциональная саморегуляция современного дошкольника [Текст] / И.Г. Цыганкова // Вестник гуманитарного института ТГУ. – 2015. – №3. – С. 48-51.
45. Цыганкова, И.Г. К вопросу о влиянии эмоций и эмоциональной саморегуляции на здоровье дошкольников [Текст] / И.Г. Цыганкова // Вестник гуманитарного института ТГУ. – 2013. – №4. – С. 215-217.

46. Шерешик, Н.Н. Влияние различных видов игр на развитие саморегуляции поведения дошкольника [Текст] / Н.Н. Шерешик // актуальные направления научных исследований: перспективы развития. – 2017. – С. 190-192.
47. Шушарджан, С.В. Руководство по музыкальной терапии. [Текст] / С.В. Шушарджан. – М.: Медицина, 2005. – 180 с.
48. Эльконин, Д.Б. Психология развития [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студ. вузов / Д.Б. Эльконин. – М., 2011. // Режим доступа: [http// www.koob.ru](http://www.koob.ru) (дата обращения: 03.12.2018).
49. Элькин, В.М. Чудо музыки. Музыкальная психология и психотерапия [Текст] / В.М. Элькин. – М.: Эксмо, 2008. – 120 с.
50. Ялом, И. Дар психотерапии [Текст] / И. Ялом. – М.: Эксмо, 2006. – 352 с.
51. Яковлева, Т.М. Развитие саморегуляции в познавательной деятельности у старших дошкольников с общим недоразвитием речи на этапе предшкольной подготовки [Текст] / Т.М. Яковлева // Образование детей с ограниченными возможностями здоровья: современные подходы и психолого-педагогические технологии. – 2015. – С. 56-79.

Приложение А

Список обучающихся, участвующих в исследовании

Экспериментальная группа		
1.	Александр А.	5лет 5мес.
2.	Вика Б.	6лет 3мес.
3.	Саша Б.	5лет 0мес.
4.	Миша Б.	6лет 8мес.
5.	Владислав В.	6лет 2мес.
6.	Анна Д.	5лет 4мес.
7.	Камиль Д.	5лет 11мес.
8.	Вероника Е.	5лет 2мес.
9.	Софья Е.	6лет 7мес.
10.	Егор Е.	5лет 2мес.
11.	Артем З.	6лет 0мес.
12.	Карина И.	6лет 1мес.
13.	Эльвира И.	5лет 11мес.
14.	Роман Л.	6лет 6мес.
15.	Владимир Л.	5лет 10мес.
Контрольная группа		
16.	Арина Л.	5лет 9мес.
17.	Карина М.	5лет 11мес.
18.	Коля Н.	5лет 11мес.
19.	Равиль О.	5лет 4мес.
20.	Софья С.	5лет 11мес.
21.	Дарина С.	5лет 11мес.
22.	Виолетта С.	5лет 11мес.
23.	Костя С.	5лет 11мес.
24.	Артем Ф.	5лет 11мес.
25.	Софья Х.	5лет 11мес.
26.	Диана Ш.	6лет 6мес.
27.	Владислав Б.	6лет 6мес.
28.	Иван Т.	6лет 6мес.
29.	Женя Т.	5лет 7мес.
30.	Кристина Е.	5лет 7мес.

Приложение Б

Результаты экспериментальной группы по 5 методикам на констатирующем этапе в экспериментальной группе

		П 1	П 2	П 3	П 4	П 5	Общий уровень
1	Александр А.	С	С	С	С	С	С
2	Вика Б.	В	С	С	С	С	С
3	Саша Б.	С	ВС	ВС	ВС	ВС	В
4	Миша Б.	С	С	С	С	С	С
5	Владислав В.	НС	НС	С	С	С	С
6	Анна Д.	Н	С	Н	Н	Н	Н
7	Камиль Д.	ВС	В	В	В	В	В
8	Вероника Е.	Н	Н	Н	Н	Н	Н
9	Софья Е.	Н	С	Н	Н	Н	Н
10	Егор Е.	НС	С	НС	НС	НС	С
11	Артем З.	С	НС	С	С	С	С
12	Карина И.	С	Н	НС	НС	НС	Н
13	Эльвира И.	Н	Н	Н	Н	Н	Н
14	Роман Л.	Н	Н	С	Н	Н	Н
15	Владимир Л.	Н	Н	Н	Н	Н	Н

Результаты экспериментальной группы по 5 методикам на констатирующем этапе в контрольной группе

		П 1	П 2	П 3	П 4	П 5	Общий уровень
1	Арина Л.	С	С	Н	С	С	С
2	Карина М.	Н	С	Н	Н	Н	Н
3	Коля Н.	С	ВС	ВС	С	С	С
4	Равиль О.	ВС	С	НС	ВС	ВС	В
5	Софья С.	В	НС	В	В	В	В
6	Дарина С.	С	С	Н	С	С	С
7	Виолетта С.	НС	В	НС	НС	НС	Н
8	Костя С.	С	Н	Н	С	С	С
9	Артем Ф.	С	С	Н	С	С	С
10	Софья Х.	Н	С	С	Н	Н	Н
11	Диана Ш.	Н	НС	Н	Н	Н	Н
12	Владислав Б.	НС	Н	С	НС	НС	Н
13	Иван Т.	Н	Н	С	Н	Н	Н
14	Женя Т.	Н	Н	С	Н	Н	Н
15	Кристина Е.	Н	Н	С	Н	Н	Н

Приложение В

Тематический план мероприятий в рамках реализации образовательной программы «Арттерапия в работе с детьми»

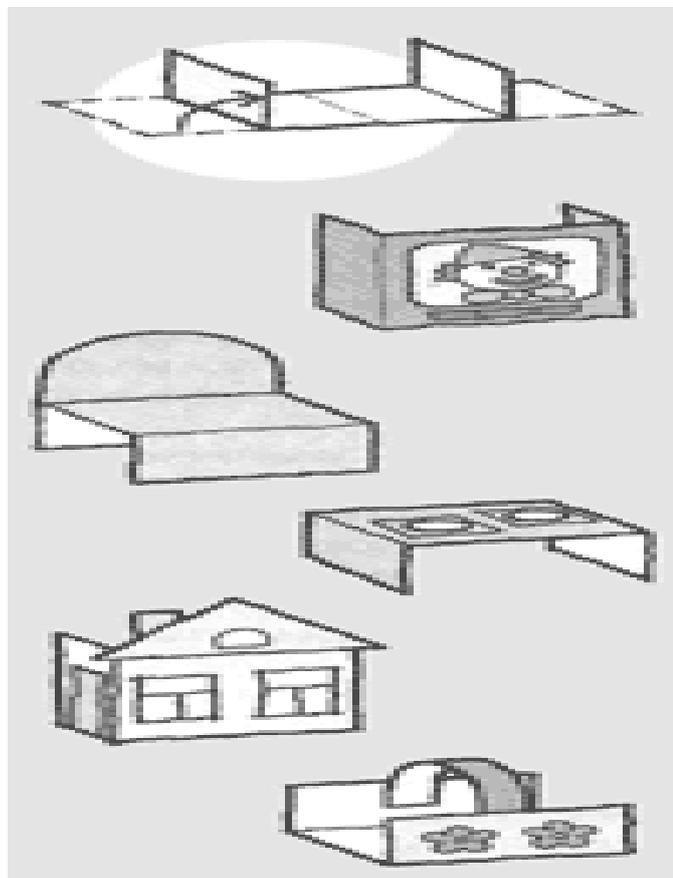
Работа с детьми	
Занятие 1	Тема «Изготовление поделки на основе прямоугольника с отогнутыми к центру сторонами»
Занятие 2	Тема «Поделки на основе треугольника с отогнутыми к соответствующим сторонам углами»
Занятие 3	Тема «Складывание треугольника с отогнутыми к противоположным сторонам углами. Поделки на основе вышеупомянутой фигуры»
Занятие 4	Тема «Последовательность изготовления цилиндра из прямоугольника. Поделки на основе цилиндра»
Занятие 5	Тема «Поделки на основе цилиндра и прямоугольника с отогнутыми к центру сторонами»
Занятие 6	Тема «Поделки по теме «Интерьер мебельного магазина»
Работа с педагогами	
Мастер-класс по организации саморегуляции детей 5-6 лет.	Цель: формирование умения педагогов организовывать детей 5-6 лет в игровой деятельности для развития саморегуляции.
Тренинг на развитие воображения, мелкой моторики рук по средствам арт-терапии.	Цель: сформировать умения детей 5-6 лет мелкой моторики рук, воображения по средствам арт-терапии.
Деловая игра	Цель: формирование компетентности педагогов в вопросах развития саморегуляции детей 5-6 лет по средствам арттерапии.
Семинар-практикум по применению активных методов обучения саморегуляции детей 5-6 лет по средствам арт-терапии.	Цель: сформировать умение применять активные методы обучения саморегуляции детей 5-6 лет по средствам арттерапии.
Работа с родителями детей 5-6 лет по развитию саморегуляции по средствам арттерапии	
Творческая мастерская «Настроение моего ребенка»	Цель: формирование у родителей умения понимать настроение ребенка в различных жизненных ситуациях.
Тренинг эффективного родителя	Цель: формирование развития ребенка, побуждение его к саморегуляции
Практикум «Развитие саморегуляции моего ребенка по средствам арт-терапии. Как правильно это делать?»	Цель: сформировать целостное представление об методике арттерапии, ее причинах и последствиях, а также формирование действенной позиции по отношению к своему ребенку

Продолжение таблицы

Работа с детьми	
Тренинг «Вместе с детьми»	Цель: формирование практических умений в области применения арт-терапии для развития саморегуляции ребенка
Практикум «Как развивать саморегуляцию ребенка?»	Цель: сформировать практические умения родителей по развитию саморегуляции ребенка в домашних условиях
Тренинг «Как правильно использовать арт-терапию в развитии своего ребенка?»	Цель: формирование практических умений родителей в сфере арттерапии
Практикум «Саморегуляция – это просто»»	Цель: сформировать у родителей умение организовывать совместную деятельность с детьми 5-6 лет.
Конференция «Как я развиваю способность моего ребенка к саморегуляции»	Цель: формирование умений родителей анализировать, систематизировать и обобщать свой опыт применения арт-терапии для развития детей и представлять его широкой общественности путем самопрезентации

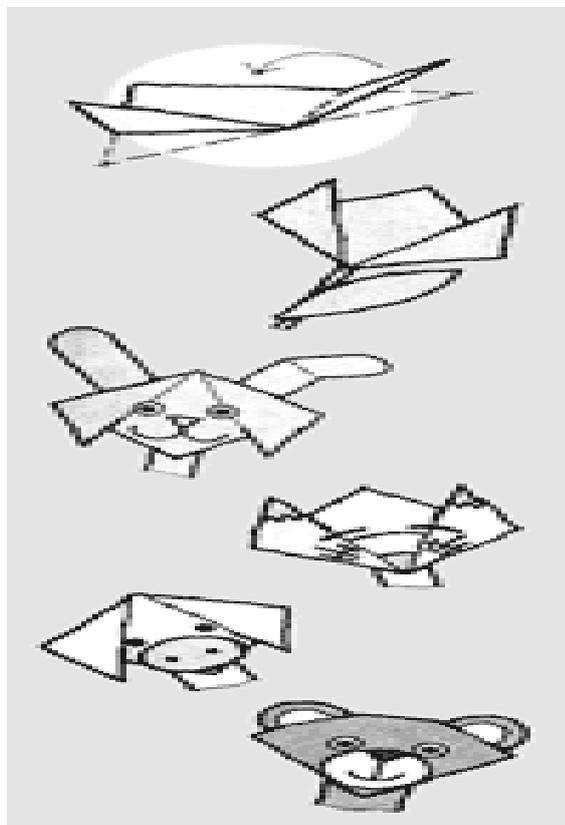
Приложение Г

Поделки на основе прямоугольника с отогнутыми к центру сторонами



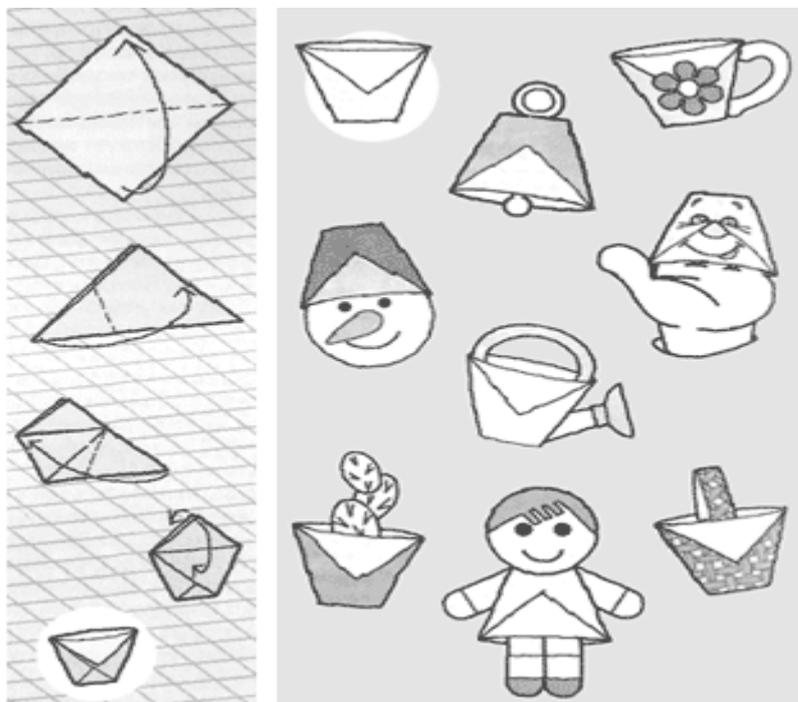
Приложение Д

Поделки на основе треугольника с отогнутыми к соответствующим сторонам углами



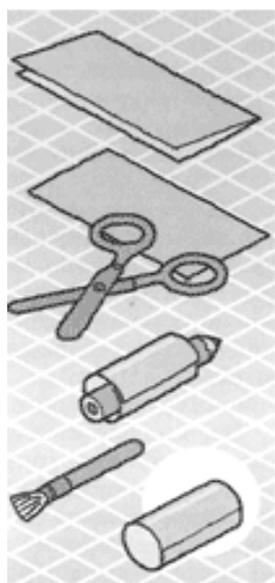
Приложение Е

Складывание треугольника с отогнутыми к противоположным сторонам углами. Поделки на основе вышеупомянутой фигуры



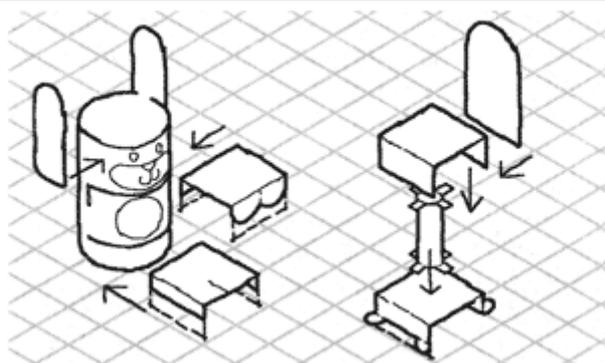
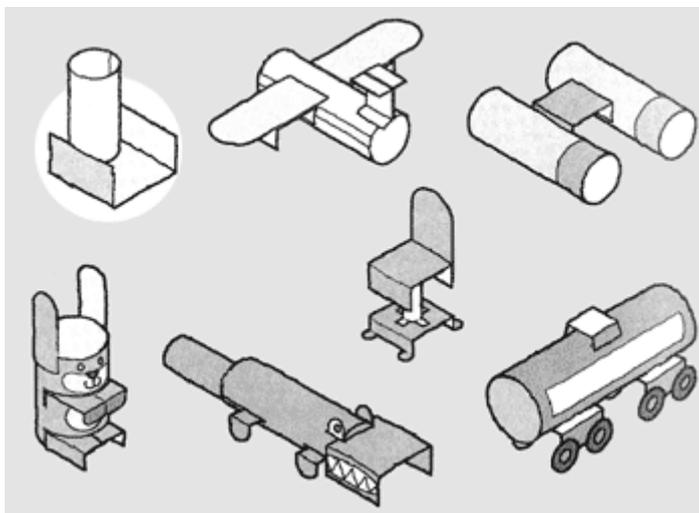
Приложение Ж

Последовательность изготовления цилиндра из прямоугольника. Поделки на основе цилиндра



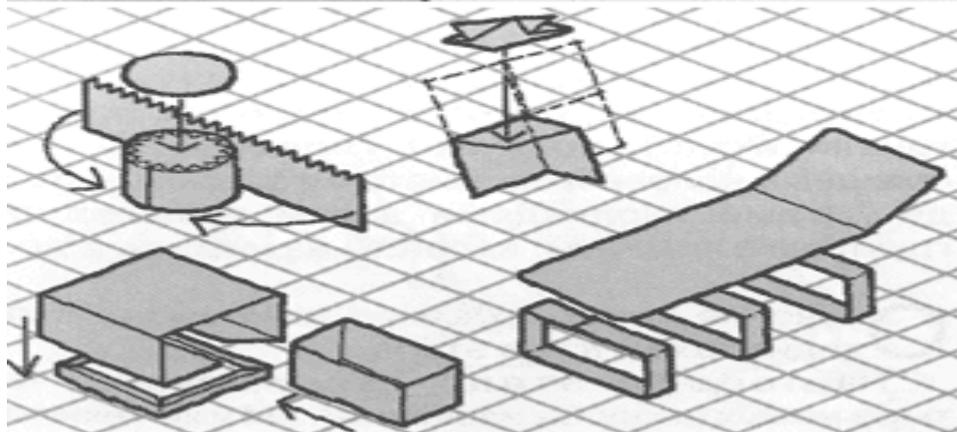
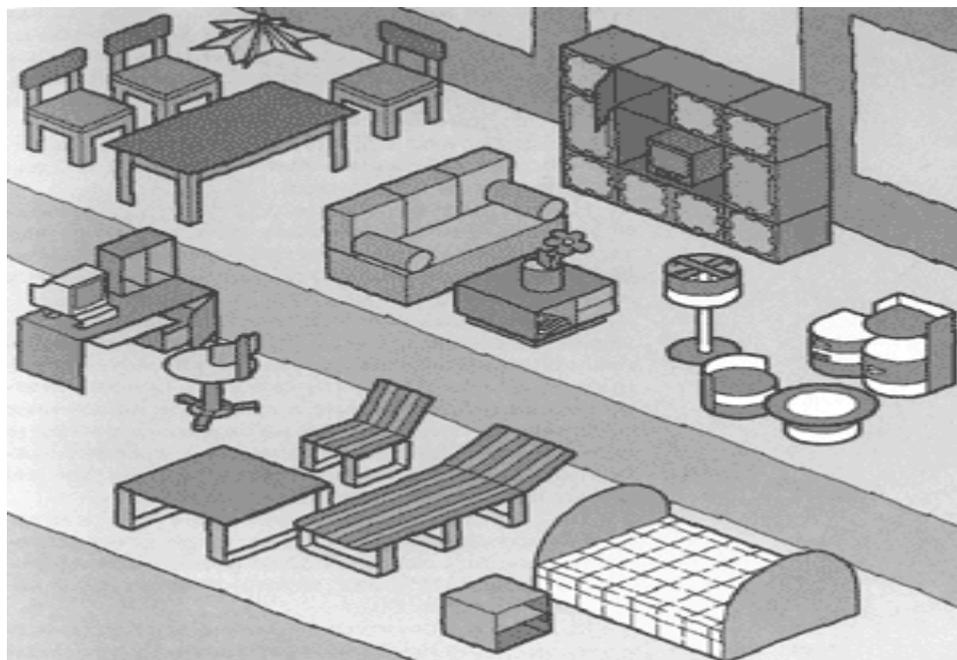
Приложение И

Поделки на основе цилиндра и прямоугольника с отогнутыми к центру сторонами



Приложение К

Поделки по теме «Интерьер мебельного магазина»



Приложение Л

Результаты экспериментальной группы по 5 методикам на контрольном этапе
в экспериментальной группе

		П 1	П 2	П 3	П 4	П 5	Общий уровень
1	Александр А.	ВС	ВС	ВС	ВС	В	В
2	Вика Б.	В	В	В	В	В	В
3	Саша Б.	В	В	В	В	В	В
4	Миша Б.	ВС	В	ВС	В	ВС	С
5	Владислав В.	ВС	ВС	ВС	ВС	ВС	С
6	Анна Д.	С	С	С	С	С	С
7	Камиль Д.	В	В	В	В	В	В
8	Вероника Е.	С	С	С	С	С	В
9	Софья Е.	С	С	С	С	С	С
10	Егор Е.	ВС	ВС	ВС	ВС	ВС	В
11	Артем З.	В	В	В	В	В	В
12	Карина И.	В	В	В	В	С	С
13	Эльвира И.	ВС	ВС	ВС	ВС	ВС	В
14	Роман Л.	ВС	ВС	ВС	ВС	С	В
15	Владимир Л.	НС	НС	НС	НС	НС	С

Результаты экспериментальной группы по 5 методикам на контрольном этапе
в контрольной группе

		П 1	П 2	П 3	П 4	П 5	Общий уровень
1	Арина Л.	С	С	Н	С	С	С
2	Карина М.	Н	С	Н	Н	Н	Н
3	Коля Н.	С	ВС	ВС	С	С	С
4	Равиль О.	ВС	С	НС	ВС	ВС	В
5	Софья С.	В	НС	В	В	В	В
6	Дарина С.	С	С	Н	С	С	С
7	Виолетта С.	НС	В	НС	НС	НС	Н
8	Костя С.	С	Н	Н	С	С	С
9	Артем Ф.	С	С	Н	С	С	В
10	Софья Х.	Н	С	С	Н	Н	Н
11	Диана Ш.	Н	НС	Н	Н	Н	Н
12	Владислав Б.	НС	Н	С	НС	НС	Н
13	Иван Т.	Н	Н	С	Н	Н	Н
14	Женя Т.	Н	Н	С	Н	Н	Н
15	Кристина Е.	Н	Н	С	Н	Н	Н