

**Юсип А.Р.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка*

Науковий керівник – к.псих.н, доц. **Пасічніченко А.В.**

## **ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК САМОРЕГУЛЯЦІЇ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

***Анотація.** У статті визначено актуальність проблеми формування навички саморегуляції у дітей. Визначено, що саморегуляція є основною умовою розвитку уміння долати власні негативні емоційні прояви, керувати своєю поведінкою у стресових ситуаціях. Проаналізовано особливості саморегуляції у дітей дошкільного віку.*

***Ключові слова:** саморегуляція, дошкільний вік, психічний стан, навичка, довільність поведінки.*

**Постановка проблеми.** Військові дії негативним чином вплинули на кожну людину, а особливо на дітей дошкільного віку. Коли дитина перебуває тривалий час в стресовому стані, не має змоги достатньо розвиватися, пізнавати нове, присутня загроза розвитку нових захворювань чи загострення хронічних, тобто вона позбавлена нормальних освітніх просторів, які не тільки дають нові знання, але й забезпечують процес соціалізації особистості.

Окрім того, сучасні діти перебувають у постійному швидкому темпі життя, потоці незрозумілої для їх віку інформації, яка часто пов'язана із негативною взаємодією між людьми, хворобами, стресами, стихійними лихами, конфліктами тощо. Мультимедійна продукція для дітей також насичена негативними героями, страшними образами, жорстокими подіями та неадекватними вчинками. Такі умови призводять до переживання стресових станів, підвищення рівня тривожності, негативно впливають на фізичне та психічне здоров'я в цілому. Важливою характеристикою, яка дозволяє певною мірою протидіяти впливу різноманітних стресорів, є здатність до саморегуляції.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблему саморегуляції у дошкільному віці розглядалася такими вченими, як М. Боришевський, Н. Макаруч, О. Прокопенко, Л. Руденко, П. Чамата. Багато вітчизняних науковців самокерівництво дитини визначали як гармонізацію її внутрішніх і зовнішніх відчуттів у ставленні до себе та оточуючих (Ш. Бюллер, С. Джуард, А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, В. Франкл). К. Абульханова-Славська, М. Берштейн, У. Кенон, О. Коноптіна, Ш. Надирашвілі, Й. Фейгенберг, В. Ядов, М. Ярушкін та інші вказували на необхідність формування вольової регуляції у взаємодії.

**Мета статті:** теоретичний аналіз проблеми формування навичок саморегуляції у дітей дошкільного віку.

**Виклад основного матеріалу.** Саморегуляція – комплекс заходів, який спрямовано на керування власними внутрішніми станами, імпульсами, ресурсами, куди відноситься: самоконтроль, надійність, сумлінність, пристосованість, відкритість до нового [2, с.5]. Саморегуляція характеризується як свідомий акт управління своїми думками та почуттями, як правило, для досягнення мети; це спосіб яким ми справляємося зі своїми сильними почуттями, щоб вони не переповнювали нас і не змушували діяти так, про що ми б пошкодували [5, с.297].

Усик Д. вказує, що при всій різноманітності проявів саморегуляція має таку структуру: прийняття суб'єктом мети його довільної діяльності, модель значимих умов діяльності, програма виконавчих дій, система критеріїв успішності діяльності, інформація про реально досягнуті результати, оцінка відповідності реальних результатів критеріям успіху, рішення про характер та необхідність корекції діяльності [6, с.90].

Саморегуляція включає:

- виконавчу функцію – набір розумових навичок, що включає оперативну пам'ять, гнучке мислення та самоконтроль. Ці навички пов'язані з умінням ставити і досягати цілей [5, с. 299];
- емоційну регуляцію – набір розумових навичок і звичок для боротьби з великими або незручними почуттями, такими як гнів, розчарування, хвилювання, тривога або стрес. Ці навички пов'язані зі здатністю заспокоюватися та справлятися з невизначеністю зовнішнього середовища;
- регулювання поведінки – набір розумових навичок, які дозволяють дитині залучати здорову поведінку та уникати нездорової поведінки як засіб регулювання негативних емоцій. Ці навички пов'язані зі здатністю самостійно керувати поведінкою в садочку, пригнічувати негативні поведінкові імпульси та зосереджуватися на досягненні мети [6, с.92].

Байєр О. наголошує, що серед передумов, які необхідні для успішного самоконтролю та саморегуляції, науковці визначають основні: уміння уважно слухати, уміння орієнтуватися на задану систему вимог, уміння свідомо підкоряти власну поведінку правилам, уміння самостійно виконувати необхідне завдання згідно з поданим зразком [1, с.256].

Войтовська О. зазначає, що процес емоційно-вольової саморегуляції будується на трьох основних принципах: релаксація, візуалізація, самонавіювання та зможе реалізовуватися різними

психічними засобами (конкретні чуттєві образи, уявлення, поняття та ін.) [3, с.69].

На думку Боришевського М. для дітей саморегуляція є центральною для подолання всіх перешкод, які виникають упродовж дня: розбіжності з другом чи батьками, неправильна відповідь на запитання тощо. Розвиток навичок саморегуляції може допомогти дітям справлятися зі своїм повсякденним життям, що призведе до кращої успішності під час занять у ЗДО, кращих взаємин з іншими та зменшення поведінкових труднощів. Також, зауважимо, що саморегуляція під час воєнного положення країни – необхідний навик, задля того, щоб краще орієнтуватися у власних діях в екстремальній, небезпечній ситуації [2, с.10].

Діти, які вчаться саморегулювати, мають більше шансів досягти успіху в навчанні, уникнути проблем і досягти своїх довгострокових цілей, коли стануть дорослішими. Вони краще справляються з тривогою та розчаруванням, менш стійкі до змін навколишнього середовища та більш витривалі. Вони також краще виконують завдання, зосереджуються на завданні, переключають увагу, коли це необхідно, і працюють у командах. Дослідження показали, що навички саморегуляції, розвинені в ранньому віці, є значним прогностичним показником успішності в школі, міжособистісних стосунків і мінімізації поведінкових проблем у подальшому житті [1, с.258].

Ряд дослідників виокремлюють рівні здатності дітей до контролю власних емоційних переживань, які мають наступні ознаки: високий рівень виявляється у домінуючій здатності дошкільника стримувати власні негативні емоційні переживання та скеровувати їх у відповідності з вимогами батьків та вихователів та до засвоєних норм поведінки; середній – характеризується тим, що дошкільники часто виглядають доволі спокійними і тільки інколи демонструють мінливі стани; ситуативно здатні до емпатійного відгуку на емоційні стани дорослих, позитивні переживання чергуються у цих дітей з неодноразовим перебігом негативних проявів; низький – описується нездатністю старшого дошкільника контролювати власні емоційні всплески, проявляється нерозуміння та невміння виявити свій внутрішній емоційний стан у соціально-адекватній формі, що виступає причиною виникнення труднощів у взаємовідносинах із дорослими [1, с.253].

Навички саморегуляції не формуються швидко – це процес, що триває все життя, і потребує часу та терпіння від педагогів та батьків. Важливо також пам'ятати, що діти, які мають проблеми з виконавчими функціями та навичками саморегуляції, не є «поганими дітьми» – вони лише потребують додаткової підтримки.

Формування навичок саморегуляції у дітей дошкільного віку відбувається у різних видах діяльності. Особливу роль у цьому процесі має гра як провідний вид діяльності. Ефективними у процесі становлення саморегуляції на наш погляд можуть бути такі ігри, як сенсорно-рухові ігри («Хо́да і настро́й», «Зобрази тварину і її емо́цію», «Водяний карнавал», «Заборонений рух», «Скинь утому», «Мавпочка», «Квіти у саду», «Не вірю своїм очам», «Дзеркало»), арт-терапевтичні ігри («Малюємо настро́й», «Перемалюй зображення», «Намалюй себе», «Кольорові емо́ції», «За зразком», «Графічні диктанти», «Лабіринт», «Домалюй візерунок») та дидактичні ігри («Доручення», «Чорний, білий не беріть», «Так і ні», «Барометр емо́цій», «Будиночок лісовичка», «Уважно розглянь», «Назви з чого складається», «Монгольська гра», «Кораблик», «Розрізні картинки», «Норми поведінки», «Квітковий годинник», «Пташка», «Школа навпаки», «Хто де живе», «Добре-погано», «Спільна мова», «Знак питання»). Ці ігри сприяють розвитку довільності дій та поведінки, вчать дитину досягати поставленої мети та дотримуватися визначених правил. Також ефективними можуть бути ряд настільно-друковані ігри, оскільки вони мають чіткі правила і спрямовують дошкільнят до стримування своїх «хочу» та сприяють до автономності суб'єктної регуляції.

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Отже, проведений нами теоретичний аналіз наукової літератури дозволив визначити, що здатність до саморегуляції у дітей дошкільного віку є важливим етапом їх становлення, оскільки передбачає формування навичок керівництва своїми емоційними станами, поведінкою та діяльністю, що є необхідними у процесі соціалізації.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у визначенні психолого-педагогічних умов формування навичок саморегуляції у дошкільників.

#### **Список використаних джерел**

1. Байер О.М. Самооцінка та саморегуляція старших дошкільників у взаємодії з однолітками і дорослими. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Київ, 2014. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія. Вип. 25. С. 253-258.
2. Боришевський М.Й. Розвиток морального саморегулювання поведінки учнів. *Психологічний збірник*. Київ, 2019. Вип. 24. С. 3–12.
3. Войтовська О. Розвиток емоційного інтелекту в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку методами арттерапії. *Вісник Нова педагогічна думка*. Київ, 2020. № 2 (102). С. 68-71.
4. Ігри та поради для розвитку саморегуляції дошкільника. URL: [https://learning.ua/blog/202107/ihry-ta-porady-dlia-rozvytku-samorehuliatsii-doshkilnyka/#google\\_vignette](https://learning.ua/blog/202107/ihry-ta-porady-dlia-rozvytku-samorehuliatsii-doshkilnyka/#google_vignette)

5. Пасічник В.М., Пітин М.П., Пасічник В.Р. Характеристика емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Український журнал медицини, біології та спорту*. Київ, 2018. Том 3 (№ 7). С.297–301.

6. Усик Д. Б. Психологічні особливості саморегуляції поведінки в старшому дошкільному віці (результати експериментального дослідження). *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Херсон, 2016. Вип.6 (2). С.87–92.

**УДК 688.7**

**Ярошенко А.В.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

**Науковий керівник – д.п.н, проф. Гнізділова О.А.**

### **КЛАСИФІКАЦІЯ СУЧАСНИХ ІГРАШОК**

**Анотація.** У статті розглянуто найбільш поширені класифікації іграшок для дітей дошкільного віку за низкою критеріїв. Визначено, що іграшка – це спеціально виготовлений предмет, який призначено для ігор та забезпечення ігрової діяльності дітей. Обґрунтовано необхідність сучасної класифікації іграшок, схарактеризовано різновиди іграшок з урахуванням різних ознак. До класифікації іграшок Євгенії Фльоріної, яка побудована на їх використанні у різних видах ігор, пропонуємо додати сучасні види іграшок.

**Ключові слова:** іграшка, дитина дошкільного віку, класифікація.

Іграшка – це супутник дитинства, створений дорослими для розвитку дітей предмет культури, який служить для розваги і забави, але одночасно є засобом усебічного розвитку дитини. Іграшка – це спеціально виготовлений предмет, який призначено для ігор та забезпечення ігрової діяльності дітей. Вона сприяє фізичному, психічному, соціальному і емоційному розвитку, допомагає пізнавати дитині навколишній світ, привчає до праці, формує характер. Використовуються з метою всебічного, гармонійного розвитку особистості дітей, залучення їх до праці й відпочинку. Діючи з іграшками, діти відображають свої уявлення про навколишній світ і завдяки цьому уточнюють, поглиблюють, розширюють знання, розвивають мову. Іграшка допомагає формувати моральні почуття й досвід моральної поведінки, розвивати естетичні смаки й відчуття прекрасного [1, С.139].

Нині в нашій країні панує величезне іграшкове різноманіття. Великий вибір іграшок створює труднощі для батьків та вихователів, педагогів у плані вибору якісних іграшок. Різноманітність іграшок за змістом та оформленням, призначенням та матеріалами, з яких вони виготовлені, є основою різноманітних класифікацій. Тому постає