***Государственное областное бюджетное учреждение***

 ***«Новгородский областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»***

**Методические рекомендации**

**Помощь детям с дефицитом произвольной регуляции
деятельности и произвольного внимания.**

 **Описание приемов, методов обучения, форм организации образовательного процесса в соответствии с принципами инклюзивного образования**

**Крайнева И.В., педагог-психолог**

**ГОБУ НОЦППМС**

В настоящее время система народного образования столкнулась с проблемой неуклонного роста количества детей, испытывающих трудности школьного обучения, что проявляется не только в хроническом отставании в усвоении школьных знаний, но и в формировании устойчивых видов *школьной дезадаптации*. Соответственно, проблему школьной дезадаптации можно отнести  к одной из наиболее острых проблем современного образования, требующих уже не столько углубленного изучения, сколько безотлагательных поисков продуктивного решения на практическом уровне.

По мнению многих психологов, именно проблема недостаточного развития произвольности в начальной школе часто стоит за собственно учебными затруднениями детей,  и за  такими явлениями, как плохая дисциплина на уроках, повышенная отвлекаемость, неумение выполнять несколько усложненные задания,  а в определенной степени,  за феноменом психологической перегрузки, импульсивности, повышенной утомляемости. Однако основная часть  исследований и коррекционно-развивающих программ в области произвольной регуляции относится к младшим школьникам, где произвольность рассматривается как основное новообразование данного возраста. При этом в более старшем возрасте, особенно на рубеже  начального образования и  средней школы эта проблема остается не менее актуальной, т.к. наряду с внешними изменениями (новые учителя, расширение изучаемых предметов, требований, обязанностей и т.д.), происходят внутренние, связанные с вхождением детей в подростковый возраст.  В связи с этим нам представляется возможным и правомерным оказание коррекционно-развивающей помощи учащимся среднего звена в формировании произвольной регуляции.

В нашем понимании ***произвольная регуляция*** *–*  это сложный процесс, который функционирует, как единство двух уровней. С одной стороны, это  *управление* личностью непосредственным течением поведенческого акта на всех этапах его развертывания - от мотивирующих детерминант до конечной цели и ее оценки (т.е. понятие произвольность). А с другой – это *действие самоконтроля и воли*, т.е. это непрерывное прослеживание личностью всех звеньев регуляции поведения, преодоление препятствий,  постоянный "отчет" личности перед самим собой, когда человек становится ответственным за свои поступки, за поведение в целом (что принято считать волевой регуляцией).  Например, если ученик сидит на уроке и смотрит в окно – он проявляет произвольность, т.е. управляет собой, чтобы находиться на уроке, а не в коридоре, а если он при этом осознает необходимость слушать  учителя, то ему необходимо применить волевое усилие, т.е.  заставить себя не только сидеть за партой, но и включиться в работу – это относится к волевой регуляции. Мы считаем, что развитие произвольности в младшем подростковом возрасте возможно через формирование положительных привычек или навыков адекватного поведения, постепенное построение собственных программ поведения. А развитие волевой регуляции – посредством воздействия на механизмы сознания, т.е. формирование самосознания, что является новообразованием подросткового возраста. Таким образом, произвольная регуляция выступает в глубоком внутреннем единстве с самосознанием и эмоционально-волевым компонентом.

**Произвольная регуляция** – это способность к целенаправленной деятельности, работе без отвлечений, когда ребенок может поставить себе цель и следовать к ней.

Для педагогов, встречающихся с такими психологическими особенностями у ребенка как дефицит произвольной регуляции, важно представлять возможные трудности, которые могут возникнуть при работе с ним в условиях класса.

Одна из важных особенностей детей с дефицитом
произвольной регуляции деятельности и произвольного внимания – снижение *учебной мотивации*. Ребенок недостаточно ориентирован на приобретение новых знаний, у него отсутствует внутренняя установка на запоминание нового материала и инструкций, вводимых педагогом.

Однако такой ребенок заинтересован в получении *положительной оценки своей деятельности*. Эмоциональная составляющая процесса, возможно, для него более важна, чем содержательная. Поэтому такие дети часто дают импульсивные неверные ответы (они не поняли вопрос, но очень хотят быть социально желательными).

На уроке детям с трудностями обучения, которые, в частности, обусловлены дефицитом внимания, педагогам полезно использовать следующие приёмы:

1. *Вводить дополнительную оценку* их работы (по
договоренности с родителями и детьми педагог может предложить детям
самостоятельно оценивать свою работу на уроке, ставить себе отметку «за
старание»). Эта отметка не идет в журнал, но вполне может быть поставлена в дневник наряду с отметками, отражающими качество работы. Такая отметка стимулирует ребенка к вложению усилий в учебный процесс, даже если результат этих усилий не может быть слишком высоким, в силу особенностей развития. У оценки должны быть критерии, и они должны быть известны детям. Дети должны понимать, что эти критерии объективны и не зависят от отношения педагога к личности ученика, что эти критерии не придуманы учителем, а являются общим требованием к оцениванию работ.

2. *Направлять и организовывать деятельность ребенка* с дефицитом
внимания во время урока, используя:

*- метод предупреждений,* который позволяет направить внимание ребенка на важный материал. Ребенка персонально предупреждают о том, что начинается важный материал, который надо слушать внимательно: педагог может обратиться к нескольким детям в классе с просьбой быть особо внимательными (это делается с целью не выделять сложного ребенка на фоне остальных, не вызывать у него протестных реакций);

- *метод повтора за учителем инструкции*. Педагог может предупредить, что сейчас будет давать задание и попросить ребенка повторить его для всего класса еще раз «чтобы все получше запомнили». На самом деле, ребенок с дефицитом произвольной регуляции деятельности, проговорив инструкцию, лучше ее усваивает;

- *метод четкого обозначения правил* *деятельности,* которые также рекомендуется предлагать ребенку периодически озвучивать. Чем четче простроен режим взаимоотношений, тем проще ребенку с дефицитом внимания ему следовать. Когда изо дня в день повторяются одни и те же правила, особенности распорядка, он к ним адаптируется и воспринимает как должное. Все время меняющаяся обстановка вызывает у него раздражение из-за трудностей переключения, которые он испытывает;

3. *Развитие возможностей контроля и самопроверки.* Ребенок с дефицитом внимания должен знать характерные для него ошибки и уметь их искать в своей работе. Ему очень трудно не допустить эти ошибки в процессе выполнения, потому что он не может распределить свое внимание сразу на несколько дел (и следить за почерком, и держать в голове то, что нужно делать, и вспоминать и применять правила), но он может проверить какие-то ключевые моменты потом, после окончания выполнения заданий.

Важно педагогам на уроках учить ребенка:

- проговаривать свои действия вслух. Например, диктовать себе при письме. Это помогает снизить количество случайных, невнимательных, импульсивных ошибок;

- ребенку важно знать, какие ошибки для него характерны. Их можно выписать на отдельный листок и повесить рядом с рабочим местом ребенка. Например: «Заглавная буква; точка в конце предложения; пропуск букв» и так далее. Каждый раз после выполнения задания важно просить ребенка проверить эти «опасные места»;

- упражнение «Корректор», которое обучает его поиску характерных для него ошибок. Ребенку предлагается небольшой текст, написанный от руки и уже содержащий несколько ошибок, которые обычно допускает ребенок. Взрослый может сообщить: «В этом тексте 5 обычных для тебя ошибок. Попробуй их найти». Если ребенок затрудняется найти ошибки в целом тексте, можно сузить зону поиска до строчки («Одна из ошибок в третьей строчке сверху»), до части строки («Ошибка в начале строки»). Лучше всего начинать с текстов, содержащих ошибки какого-то одного типа. Когда ребенок будет без затруднений их находить, перейти к другому типу. После отработки всех типов ошибок имеет смысл давать тексты, содержащие смесь ошибок и, в качестве опоры, предлагать ориентировочную карточку (см. предыдущий подпункт). Постепенно карточку можно убирать, прося ребенка самостоятельно вспомнить, какие типы ошибок нужно искать.

4. Предоставить ребёнку *дополнительное время на завершение работы и обеспечивать условия, которые помогали бы ему меньше отвлекаться.*

Одной из спонтанных компенсаций трудностей, которые возникают у ребенка с дефицитом внимания, является снижение темпа деятельности. Многие невнимательные дети работают медленнее своих одноклассников и не всегда успевают за темпом класса. Торопить такого ребенка, создавать условия, в которых он вынужден был бы работать быстрее, не рекомендуется, так как это чревато усилением трудностей, увеличением числа импульсивных, невнимательных ошибок. Педагоги могут дать детям выполнять какие-то задания индивидуально после уроков,
организовать его рабочее место неподалеку от учительского стола и рядом со
спокойным, успевающим учеником, следить, чтобы на его столе был минимум предметов и только те из них, которые необходимы для работы на данном уроке.

**Развитие возможностей усвоения инструкций и алгоритмов
деятельности**1*.* Прежде, чем ребенок на уроке начнет выполнять задание, педагогу важно *проверить, что он усвоил инструкцию*. Для этого нужно просить ребенка повторить то, как он понял инструкцию («Теперь ты объясни, что нужно сделать»). Пока внятное объяснение не будет получено, не рекомендуется начинать выполнение.

2. Перед выполнением каждого отдельного действия, ребенок *должен объяснять свои предполагаемые шаги или то, какое правило он собирается применить.*

Полезно просить ребенка не только выполнять задания, направленные на закрепление пройденного материала, но и самому придумывать аналогичные задачи.

3. Использовать *метод внешнего опосредования деятельности.* Ребенок нуждается для лучшего усвоения материала во внешних опорах. Если «в голове» у ребенка картина не складывается, необходимо выносить условия задачи во внешний план, когда ребенок может «увидеть» задачу и физически совершить требуемые действия (поставить опыт). Это могут быть схемы, рисунки, прописанные этапы выполнения заданий. Полезно просить самого ребенка составлять схемы и планы своих действий (можно в виде простых рисунков). Кроме того, очень важную роль играет проговаривание ребенком своих действий вслух.

4. *При работе с текстом*, рекомендуется дробить его на небольшие смысловые отрывки, так, чтобы ребенок к каждому из отрывков рисовал небольшую схематичную картинку, которая помогла бы ему впоследствии, припомнить содержание отрывка (метод пиктограммы). Такая деятельность не только помогает вспомнить, но и заставляет сначала проанализировать смысловое содержание текста, чтобы потом перевести его в символический вид. Полезно играть с ребенком в игры, содержащие систему правил (шашки, шахматы, некоторые карточные игры, раскладывание пасьянсов и т.д.).

Список литературы

1.Абрамова, Г.С. Практикум по возрастной психологии [Текст] : учеб. пособие для студ. вузов / Г.С. Абрамова. –М. : Издательский центр Академия, 2006. –320 с.

2.Ануфриев, А.Ф. Как преодолеть трудности в обучении детей [Текст] / А.Ф. Ануфриев, С.Н. Костромина.–М. : Генезис, 2008. –198 с.

3.Бабкина, Н.В. Саморегуляция в познавательной деятельности у детей с задержкой психического развития [Текст] / Н.В. Бабкина. –М. : Владос, 2016. –144 с.

4.Богуславская, З.М. Развивающие игры [Текст] / З.М. Богуславская, Е.О Смирнова. –М. : ВЛАДОС, 2005. –207 с.

5.Выготский, Л.С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка [Текст] / Л.С. Выготский // Вопросы психологии. –1966. -No6. –С. 62-68.

6. Гунина, Е.В. Игры и упражнения по развитию памяти, мышления, внимания у детей с ЗПР [Текст]/ Е.В. Гунина. —Чебоксары, 1996. –186 с.

7. Игровые методы коррекции трудностей обучения в школе [Текст] / Под ред. Глозман Ж.М. –М. : В. Секачев, 2006. –96 с.

8. Епишева О.Б., Крупич В.И. Учить школьников учиться математике: Формирование приемов учебной деятельности: Кн. для учителя.– М.: Просвещение, 1990.

9. Макаров Ю.А. Методы, способы и приемы активизации обучаемых: Методическое пособие.- Пенза,1999.

10. Окунев А.А. Спасибо за урок, дети!: О развитии творческих способностей учащихся.– М.: Просвещение, 1988.

11. Сиротюк А. Л. Синдром дефицита внимания и гиперактивности. Диагностика, коррекция и практические рекомендации родителям и педагогам., М, 2007

12. Смирнова С.С., Цыпленкова О.А. Снятие учебного и рабочего стресса. Сборник упражнений образовательной кинесиологии.