

После получения количественных данных по каждой категории исследуемых объектов каждого этапа исследования осуществляется преобразование качественных показателей в количественные выражения и сопоставление с качественно-количественной характеристикой 4-х уровней эффективности управления самосовершенствованием: оптимальный (норма-образец); допустимый; критический; недопустимый.

Таким образом, методы экспертной оценки, а также показатели независимых характеристик позволяют оценивать эффективность тех или иных организационных и содержательных воздействий на деятельность сотрудников по профессиональному и личностному самосовершенствованию. Методы экспертной оценки позволяют не только оценивать современное состояние исследуемого явления в определенном коллективе сотрудников, но и выстраивать индивидуальные траектории профессионального развития отдельных сотрудников, осуществлять корректировку образовательных воздействий и в целом совершенствовать работу по повышению профессионализма сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Купавцев, Т.С. Повышение профессионально-педагогической компетентности и управленческой культуры субъектов управления образованием как условие самосовершенствования сотрудников органов внутренних дел / Т.С. Купавцев // Педагогическое образование в России. – 2016. – № 5. – С. 57-63.
2. Купавцев, Т.С. Сущность, содержание и специфика самосовершенствования сотрудников МВД России в системе профессионального образования // Профессиональное образование в современном мире. – 2013. – № 2 (9). – С. 129-139.
3. Купавцев, Т.С. Характеристики субъекта самосовершенствования в системе профессионального образования МВД России // Высшее образование сегодня. – 2015. – № 1. – С. 55-59.

REFERENCES

1. Kupavtsev, T.S. (2016), "Increasing the professional and pedagogical competence and administrative culture of education management entities as a condition of self-improvement of police officers", *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii*, No. 5, pp. 57-63.
2. Kupavtsev, T.S. (2013), "The essence, content and specificity of self-improvement of the Russian Ministry of Internal Affairs personnel in the professional education system", *Professionalnoe obrazovanie v sovremennom mire*, Vol. 9, No. 2, pp. 129-139.
3. Kupavtsev, T.S. (2015), "Characteristics of the subject of self-improvement in the system of professional education of the Ministry of internal Affairs of Russia", *Vysshee obrazovanie segodnya*, No. 11, pp. 55-59.

Контактная информация: kupavzev22@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 22.10.2017

УДК 373.2

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ НАВЫКОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ В СИСТЕМЕ ДОШКОЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ

Людмила Васильевна Куриленко, доктор педагогических наук, профессор, Антон Альбертович Селезнев, доцент, Самарский национально-исследовательский университет имени академика С.П. Королева; Ольга Александровна Казакова, кандидат педагогических наук, доцент, Самарский государственный экономический университет, Самарский национально-исследовательский университет имени академика С.П. Королева; Лидия Александровна Иванова, кандидат педагогических наук, доцент, Самарский государственный экономический университет

Аннотация

В данной статье рассматривается проблема адаптации детей к будущей школьной деятельности. Обосновывается идея о том, что навыки саморегуляции необходимо формировать через ин-

тегративные качества дошкольников. Актуальность статьи не вызывает сомнения, поскольку авторы подошли к развитию саморегуляции, через развитие эмоциональной устойчивости. На основе проведенного исследования на первом этапе, авторы полагают, что эмоциональная устойчивость ребенка дошкольного возраста может быть рассмотрена как системообразующее качество в модели личности дошкольника, так как она является важнейшим критерием формирования способности быть устойчивым к внешним проявлениям окружающей среды и способности ребенка самостоятельно регулировать свое отношение к изменяющейся среде, т.е. применять навыки саморегуляции в трансформирующейся действительности.

Ключевые слова: саморегуляция, эмоциональная устойчивость, психоэмоциональные качества, волевые качества, формирование умений и навыков.

PECULIARITIES OF FORMATION OF SKILLS OF SELF-REGULATION IN PRESCHOOL EDUCATION

Lyudmila Vasilievna Kurylenko, the doctor of pedagogical Sciences, professor, Anton Albertovich Seleznev, the senior lecturer, Samara University; Olga Alexandrovna Kazakova, the candidate of pedagogical Sciences, senior lecturer, Samara State University of Economics, Samara University; Lidiya Alexandrovna Ivanova, the candidate of pedagogical Sciences, senior lecturer, Samara State University of Economics

Annotation

This article considers the problem of adaptation of children to future school activities. It substantiates the idea that self-regulation skills are necessary to be formed through the integrative quality of preschoolers. The relevance of the article is not in doubt, since the authors approached the development of self-regulation through the development of emotional stability. On the basis of the study, at the first stage, the authors believe that the emotional stability of the child at preschool age may be considered as a systemic quality model of a preschooler, as it is the most important criterion for the formation of the ability to be resistant to external manifestations of the environment and the child's ability to self-regulate the attitude to the changing environment, to apply the skills of self-regulation in the transforming reality.

Keywords: self-regulation, emotional stability, physical and emotional qualities, volitional qualities, development of abilities and skills.

Одна из важных задач дошкольного воспитания заключается в подготовке ребенка к школьной деятельности, где его адаптацию к школе следует рассматривать как сложный многофакторный процесс, связанный с освоением им школьной среды, включением его в систему поведения, ценностей, формированием потребности к учению, что в сумме и составляет жизнедеятельность ученика.

С целью решения этой задачи ученые, исследуя психику ребенка-дошкольника, пришли к выводу о наличии тесной связи между интеллектуальным, социально-психологическим развитием ребенка и его физическим статусом. Эта мысль нашла свое отражение в работах Н.И. Касаткина, И.П. Павлова, И.М. Сеченова, Н.М. Щелованова, Л.В. Куриленко, О.А. Казакова, Л.А. Ивановой и других ученых, утверждавших, что в становлении психических функций ребёнка большую роль играет его физическая подготовленность [3; 4]. Следовательно, можно допустить, что многие проблемы, связанные с адаптацией ребенка к школе, могут быть устранены в процессе занятий физическими упражнениями. Однако физическое воспитание, как правило, рассматривается только как средство оптимизации ребенка, при этом упускается из виду экспериментально доказанный факт о взаимосвязи двигательной активности и психических процессов.

Вместе с тем в Концепции дошкольного воспитания указывается, что дошкольное воспитание должно быть пронизано заботой о физическом здоровье ребёнка и его психологическом благополучии, поскольку физическое здоровье детей, образуя неразрывное единство с психическим здоровьем и тем самым влияя на их эмоциональное благополучие, способствует решению задач по адаптации ребенка к школе. Также следует отметить, что одной из основных проблем, тормозящих процесс адаптации ребенка к школе, выступает проблема отсутствия навыков саморегуляции поведения.

Как известно, саморегуляция – процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, она не вырабатывается сама по себе, поэтому ее формирование – такая же важная задача, как и задача по научению ребенка чтению письму, счету и т.д.

По словам зарубежных ученых (B. Diamond, 2008), дети должны уметь перевести свои ощущения в информацию, которую они могут использовать, чтобы регулировать свои мысли, эмоции и поведение, и в этом случае предполагаем, что физическая культура, влияющая на физическое здоровье ребенка, играет одну из главных ролей.

Для доказательства выдвинутого предположения нами была сконструирована модель личности дошкольника, включающая в себя три компонента, каждый из которых отражал основные качества личности ребенка – интеллектуальные, физические и личностные. Выделение первых и последних качеств не требует специального объяснения, необходимость их сформированности на уровне, соответствующему данному возрасту, очевидна. Необходимость физического компонента модели личности дошкольника подтвердили в своих анкетах родители дошкольников, подчеркнув, что одни из важнейших качеств, составляющих суть физического компонента модели личности дошкольника – волевые.

Следует отметить, что сравнительно недавно воля понималась как особое психическое образование, находящееся на одном уровне с интеллектом и эмоциями [2]. Наиболее близко к пониманию воли как более сложного психического образования подошел А.Ц. Пуни, который отмечал, что в структуре волевого проявления «содержатся интеллектуальные (гностические) компоненты, ибо воля – деятельная сторона разума: эмоциональные (мотивационные), ибо воля – деятельная сторона моральных чувств; операционные компоненты (умения), ибо проявления воли связаны с преодолением препятствий с различной степенью трудности» [5].

Важность волевых качеств личности объясняется их необходимостью и в повседневной, обыденной жизни с целью достижения результатов в деятельности, для реализации которой необходимы такие качества из серии волевых, как целеустремленность и дисциплинированность.

Общеизвестно, что в волевых качествах отражается активность личности, способность ее к саморегуляции, к сознательному мобилизующему усилию и управлению своим поведением, следовательно, развивать волевые качества необходимо в условиях деятельности, требующей преодоления многообразных препятствий и трудностей, в процессе которой увеличивается сложность действий, в связи, с чем повышаются требования к их преодолению. Очевидно, что в роли благоприятных условий развития волевых качеств личности дошкольника может выступить физическое воспитание, одной из основных целей которого является развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, тесно взаимодействующих с волевыми качествами: решительностью, настойчивостью, инициативностью, самообладанием, эмоциональной устойчивостью.

Поэтому, до начала нашего эксперимента мы предложили родителям экспериментальных и контрольной групп из МБДОУ детский сад № 378 и № 61 Самары проанализировать и протестировать необходимые волевые качества их детей.

Пилотажный опрос, проведенный среди родителей, показал, что из предлагаемого набора качеств респонденты выделяют несколько позиций, которые на их взгляд, необходимы их детям, такие как «дисциплинированность», «эмоциональная устойчивость», «целеустремленность», «выносливость».

Результаты ранжирования таковы: из всех представленных качеств первое место заняли «дисциплинированность» – 80%, «эмоциональная устойчивость» – 67%, «целеустремленность» – 52%. Следом были названы «выдержка» – 45%, «решительность» – 38% и «выносливость» – 36%. Далее по значимости являются «инициативность» – 28%, «самостоятельность» – 21% и «смелость» – 17 % и т. д.

Практически все они выделили эмоциональную устойчивость, как центральное качество. Таким образом, можно предположить, что эмоциональная устойчивость ребенка дошкольного возраста может быть рассмотрена как системообразующее качество в модели личности дошкольника, так как она является важнейшим критерием формирования способности быть устойчивым к внешним проявлениям и способности ребенка самостоятельно регулировать свое отношение к изменяющейся среде, т.е. применять навыки саморегуляции в трансформирующейся действительности [6].

В этой связи нами были сформулированы противоречия между необходимостью развития эмоциональной устойчивости детей-дошкольников и неэффективностью существующей педагогической практики с точки зрения формирования эмоциональной устойчивости; между необходимостью формирования эмоциональной устойчивости у детей-дошкольников средствами физической культуры и отсутствием адекватной методики формирования эмоциональной устойчивости.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Физическое воспитание имеет немалый опыт формирования эмоциональной устойчивости: разнообразные способы, как правило, направлены на совершенствование физиологических процессов адаптации к стресс-факторам; выработку навыков, умений, привычек саморегуляции эмоциональной напряженности. Российскими и зарубежными учеными разработаны специальные методики: двигательные упражнения для психокоррекции эмоционального напряжения (О. Бин); имеются исследования, отражающие влияние телесных поз на психику (В.А. Белов, К.К. Платонов); методика М. Александера направлена на функциональное единство тела и психики; по мнению А.А. Осипова, многие телесные расстройства (осанка, дыхание) – результат нарушений в психике. Для формирования эмоциональной устойчивости большое значение имеют подвижные игры, в процессе которых происходит не только упражнение в уже имеющихся навыках, но и приобретаются новые качества личности (Г. Гюджиев, Д.В. Менджерицкая, А.П. Усова и др.), иное внимание уделяется играм с мячом (П.Ф. Лесгафт), снятию эмоционального напряжения с помощью занятий «гибкой силой», «фитболом» (Л.А. Ивановой, О.В. Савельевой и др.) [3] и черлидингом (О.А. Казакова, М.В. Иерусалимова, Т.В. Калинина и др.) [1].

В процессе дошкольной подготовки детей к школьной деятельности формирование эмоциональной устойчивости обеспечивается путем воздействий, направленных на развитие комплекса волевых качеств, в совокупности составляющих суть эмоциональной устойчивости личности (Куриленко Л.В. Казакова О.А.), создание функциональной, физиологической и морфологической базы для волевых проявлений.

Следовательно, основными средствами решения этих задач служат физические упражнения, требующие преодоления трудностей, адекватных трудностям будущей деятельности.

В процессе изучения проблемы развития навыков саморегуляции была выдвинута гипотеза о том, что процесс физического воспитания в ДОУ будет благоприятно влиять на процесс формирования эмоциональной устойчивости как основного критерия саморегуляции дошкольника, на уровень усвоения знаний; формирование умений и навыков, т.е. будет способствовать адаптации ребенка к школе.

Цель нашего исследования: теоретически разработать и апробировать практико-ориентированную модель формирования эмоциональной устойчивости у дошкольников в процессе адаптации к школе средствами физической культуры.

Задачи исследования:

1. Изучить в современной научной литературе состояние проблемы формирования эмоциональной устойчивости дошкольников средствами физической культуры.
2. Выявить зависимость процессов саморегуляции от эмоциональной устойчивости.

3. Разработать методики оценки саморегуляции детей старшего дошкольного возраста.

4. Теоретически разработать и апробировать практико-ориентированную модель формирования эмоциональной устойчивости.

Для решения поставленных задач было сформировано, на базе двух детских садов № 378 и 61 Самары три группы детей (одна контрольная и две экспериментальные) одного возраста и уровня физической подготовленности по 20 человек в каждой. Используя опыт предыдущей экспериментальной площадки, по итогам которой была разработана программа «Детский черлидинг», одна из экспериментальных групп начала заниматься детским черлидингом [1].

Второй экспериментальной группе было предложено заниматься релаксационными, дыхательными упражнениями, восточными гимнастическими, направленными на глубокое мышечное и психическое расслабление. Данные методики, дополненные специально сконструированными, наполненными психологическим содержанием средствами физической культуры (психотренинг), способствовали снятию эмоционального напряжения, преодолению или ослаблению отрицательных эмоций, обретению спокойствия, уравновешенности и уверенности в себе.

Контрольная группа занималась по обычной программе физической культуры, предусмотренной в детских садах.

При реализации экспериментальной методики мы обеспечили индивидуально-дифференцированный подход к детям с различными уровнями проявления саморегуляции.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

На первом этапе эксперимента мы предложили родителям контрольной и экспериментальных групп проанализировать изменения волевых качеств их детей, таких как «дисциплинированность», «эмоциональная устойчивость», «целеустремленность», «выносливость», которые на данный момент изменились в поведении.

Таблица – Результаты проведенного педагогического эксперимента за 2015-2016 гг.

Группы	Психоэмоциональные качества %			
	Дисциплинированность	Эмоциональная устойчивость	Целеустремленность	Выносливость
Контр. группа	10	14	25	20
Эксп. гр. (Черлидинг)	47	50	40	70
Эксп. гр. (Психотренинг)	43	36	35	10

Из эксперимента следует, что наиболее высокие показатели развития всех выше выделенных психоэмоциональных качеств наблюдаются у группы занимающейся черлидингом, т.к. именно на таких занятиях постоянно должны проявляться у воспитанников умения: работать в команде – 47% , ярко выражать свои эмоции – 50%, добиваться наивысшего результата – 40%, долго и качественно отрабатывать свою танцевальную композицию – 70%.

Примерно равномерно увеличиваются данные показатели у второй экспериментальной группы, занимающейся индивидуальным психотренингом, однако значительно страдает «выносливость» – 10%. А у контрольной группы наблюдается ярко выраженное развитие качества «целеустремленность» (желание достигать все большего результата) – 25%, но, к сожалению, хромает «дисциплинированность» – 10%.

Так как проблема эмоциональной устойчивости дошкольников актуальна и по сей день, и может рассматриваться в различных сферах поведения (трудовой, учебной, спортивной, и других видах напряженной деятельности), мы можем утверждать, что развивая эмоциональную устойчивость у дошкольников, мы влияем на сложный процесс саморегуляции детей в различных сферах их деятельности. Данные опроса подтвердили, наше предположение о том, что уже на первых ступенях нашего эксперимента наблюдаются

изменения в поведении детей в экспериментальных группах. Следовательно, эмоциональную устойчивость можно понимать как критерий саморегуляции, характеризующийся эмоциональной стабильностью и способствующий сохранению определенной направленности действий, адекватному функционированию человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Детский черлидинг в ДОУ: опыт внедрения : методическое пособие / М.В. Иерусалимова, О.А. Казакова, Т.В. Калинина, С.Н. Шунина, Д.В. Осанов. – Самара : Порто-принт, 2017. – 76 с.
2. Иерусалимова, М.В. Педагогические аспекты воспитания детей дошкольного возраста / М.В. Иерусалимова, Т.В. Калинина, О.А. Казакова // *OlymPlus. Гуманитарная версия*. – 2017. – № 2 (5). – С. 5-8.
3. Ильина, Г.В. Здоровьесберегающие технологии в современном образовательном процессе : монография / Г.В. Ильина Л.А. Иванова, О.В. Савельева ; под общ. ред. А.П. Савина ; Сиб. федер. ун-т, Краснояр. гос. пед. ун-т им. В.П. Астафьева. – Красноярск : Центр информатизации, ЦНИ «Монография», 2014. – 168 с. – ISBN 978-5-905284-53-3.
4. Коровин, С.С. Профессиональная физическая культура и формирование личности / С.С. Коровин, В.А. Кабачков. – Оренбург : Изд-во Оренбургского гос. пед. ун-та, 1998. – 258 с.
5. Пуни, А.Ц. Некоторые вопросы теории воли и волевая подготовка в спорте / А.Ц. Пуни // *Психология и современный спорт*. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – С. 144-161.
6. Управление конфликтными взаимоотношениями в студенческой команде по единоборствам / Д.С. Токер., Л.А. Иванова, В.И. Шеханин, О.А. Казакова // *OlymPlus. Гуманитарная версия*. – 2017. – № 2 (5). – С. 12-16.

REFERENCES

1. Ierusalimova, M.V., Kazakova, O.A., Kalinina, T.V., Shunina, S.N. and Osanov, D.V. (2017), *Child cheerleading in the children garden: the experience of the implantation*, publishing house "Porto-print", Samara.
2. Ierusalimova, M.V., Kalinina, T.V. and Kazakova, O.A. (2017), "Pedagogical aspects of raising children of preschool age", *OlymPlus. Humanitarian version*, No. 2 (5), pp. 5-8.
3. Ilyina, G.V., Ivanova, L.A. and Saveleva, O.V. (2014), *Health-saving technologies in the modern educational process*: monograph, Central Research Institute "Monograph", Krasnoyarsk, ISBN 978-5-905284-53-3.
4. Korovin, S.S. and Kabachkov, V.A. (1998), *Professional physical culture and personality formation*, OGPU Publishing House, Orenburg.
5. Puni, A.Ts. (1983), "Some questions of will theory and volitional training in sports", in book *Psychology and Contemporary Sport*, Physical Culture and Sports, Moscow, pp. 144-161.
6. Toker, D.S., Ivanova, L.A., Shekhanin, V.I. and Kazakova, O.A. (2017), "Management of conflict relations in the student's team in martial arts", *OlymPlus. Humanitarian version*, No. 2 (5), pp. 2-16.

Контактная информация: kfv2012@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.10.2017

УДК 796.011.3

ПРОБЛЕМАТИКА ВНЕДРЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ИНФОРМАЦИОННЫХ СИСТЕМ В УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ *Наталья Анатольевна Линькова, кандидат педагогических наук, доцент, профессор* *РАЕ,*

*Уральский государственный университет путей сообщения (УрГУПС),
Екатеринбург, Россия; Register Nurse, Brisbane, Australia*

Аннотация

В статье рассмотрен опыт внедрения информационно-вспомогательной системы Blackboard в учебный процесс по физическому воспитанию студентов. Система «Blackboard» может выступать