

## КАК НАУЧИТЬ РЕБЁНКА САМОКОНТРОЛЮ?

*Самоконтроль – главный элемент собственного достоинства, собственное достоинство – главный элемент смелости.*

Фукидид



Что же такое самоконтроль? Самоконтроль - один из важнейших факторов, обеспечивающих самостоятельную деятельность учащихся, важный компонент учебной деятельности. Его назначение заключается в своевременном предотвращении или обнаружении уже совершенных ошибок. Наблюдения, проведенные многими психологами, показали, что именно навык самоконтроля наиболее слабо сформирован у учащихся.

На первый взгляд кажется простым уметь проконтролировать и оценить, выучил ли ты уроки и насколько твердо. Но это оказывается, по мнению многих исследователей, представляет немалые трудности для школьника, особенно в первом и втором классах. Вообще, чем раньше поймет ученик необходимость постоянного самоконтроля, тем лучше. Очень большую ошибку делают те родители, которые берут функцию контроля на себя и стремятся как можно дольше удерживать ее за собой. В этом случае ребенок не чувствует ответственности за собой, если что-либо выполнено не верно. Впоследствии, когда родители прекращают контролировать выполнение заданий ребенка, у учащегося привычка в осуществлении осознанного и самостоятельного контроля отсутствует. Все это дает отрицательные результаты в обучении. Успешное обучение в школе предполагает развитие двух основных направлений самоконтроля: самоконтроля поведения и самоконтроля учебной деятельности.

Отсутствие или недостаточное развитие самоконтроля поведения превращают школьную жизнь ребенка в настоящий ад — ему сложно соответствовать требованиям режима и переносить нагрузку учебной программы. Самоконтроль поведения должен быть сформирован у ребенка еще до школы. В первом классе он совершенствуется, стабилизируется и обычно ребенок справляется со стрессом адаптации к школьной жизни, приобретает новые навыки общения с одноклассниками, втягивается в новый режим.

Развитие самоконтроля в учебной деятельности проявляется в умении выполнять работу, действовать по определенному образцу, соблюдать последовательность действий, находить в работе допущенные ошибки и самостоятельно исправлять их. Для этого ребенку необходимо идти путем проб и ошибок, а родителям — обсуждать с ним результаты ошибочных действий, не ругая, а делая выводы.

Развитие самоконтроля зависит во многом от реакции родителей на ошибки, допущенные в домашнем задании. Нередки ситуации, когда ребенок, торопливо выполняя домашнее задание, делает много ошибок, злится, все зачеркивает, и, не зная, что делать дальше, ищет помощи у родных. В таких ситуациях надо поддержать ребенка.

Мама успокаивает: «Петя, ты поспешил с решением, не подумал. Не расстраивайся, злиться можно только на самого себя, но это не поможет решению задачи. Успокойся, подумай, и у тебя все получится»

правильно». Петя справился с задачей. Мама поступила мудро — не огорчала сына, не отругала, а оказала ему поддержку в осмыслении происходящего.

Родители и учителя, иногда не желая того, порождают в детях боязнь ошибочных действий, страх наказания за ошибки. Поэтому у ребенка и затормаживается внутреннее желание действовать самостоятельно, контролировать себя, брать ответственность за выполняемую работу. Когда слишком силен контроль взрослых, личность ребенка «задавлена» и долго будет неспособна к развитию самоконтроля.

### **Важно помнить!**

- Формирование у ребенка самоконтроля во многом зависит от умения родителей своевременно предоставить ему возможность действовать самостоятельно, достигать результата, брать на себя ответственность за достижение цели.

- Самое сложное для родителей во взаимоотношениях с ребенком — признание и развитие его инициативы, передача ответственности в его руки, предоставление ему определенной свободы действий, способствующей развитию самостоятельности и самоконтроля.

- Уделите внимание выработке у ребенка адекватной эмоциональной реакции на допущенные ошибки. Вместо огорчения, злости и агрессии надо вырабатывать умение спокойно принимать ситуацию, ее осмысливать и делать выводы в будущем



Самой известной игрой, как для диагностики, так и для развития самоконтроля и произвольности поведения и речевого общения для детей 6-10 лет является игра «Черный - белый не берите, «Да» и «Нет» не говорите» или «Вы поедете на бал?» - детская игра, которая пришла к нам из девятнадцатого века. «Да» и «нет» не говорите, чёрное и белое не берите! Вы поедете на бал? И дальше начинается диалог с ведущим на эту тему - в чем поедут, с кем поедут, какого цвета будет фрак или перчатки. Основная задача ведущего - задать такой вопрос, чтобы игрок нечаянно ответил "да" или "нет", "черный" или "белый" - в этом случае он проигрывает. Особенно интересно использовать разного рода уловки.

### **ПОЛЕЗНЫЕ ССЫЛКИ:**

[http://adalin.mospsy.ru/l\\_01\\_06.shtml](http://adalin.mospsy.ru/l_01_06.shtml) - статьи о формировании навыков самоконтроля и саморегуляции у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста и упражнения для развития навыков самоконтроля у детей

<http://games-for-kids.ru/> - сайт, где вы можете взять игры и упражнения для развития вашего ребенка

[http://www.e-reading.club/chapter.php/69387/150/Krylov\\_-\\_Psihologiya.html](http://www.e-reading.club/chapter.php/69387/150/Krylov_-_Psihologiya.html) – статья о формировании самоконтроля с момента рождения человека до достижения взрослой жизни

<http://festival.1september.ru/articles/502748/> - статьи о формировании самоконтроля, самооценки, произвольности у детей младшего школьного возраста на урочной деятельности