

# Формирование произвольности в дошкольном возрасте

Под **произвольностью** в психологии понимают сознательную саморегуляцию поведения, иными словами – **умение подчинить себя правилу**. Она является одним из ключевых компонентов психологической готовности к обучению в школе.



**Возраст 6-7 лет** является критическим в том плане, что у дошкольников должно развиваться произвольное поведение, необходимое для обучения в дальнейшем, однако, детям еще трудно регулировать свои мотивы и побуждения. Готовность к школе требует от дошкольников беспрекословного подчинения требованиям учителя, выполнения правил поведения в школе,

умений организации самостоятельной деятельности.

Произвольность включает различные стороны личности ребенка. Это произвольность поведения, саморегуляции, психических процессов, в том числе внимания, памяти и т.д.

Следует обратить особое внимание на эту сторону психического развития, если ребенок отличается **повышенной двигательной активностью**, если он **непоседлив**, если он **импульсивен и рассеян**.

Сформированность произвольной сферы дошкольника поможет ему быстрее и легче адаптироваться к школе.



## Игра как средство формирования произвольного поведения детей старшего дошкольного возраста

Ведущей деятельностью для дошкольника является игра, еще лучше, если это **игра с правилами**. Через конкретные правила дети учатся контролировать свои желания, регулировать поведение. Сознательно действуя по правилам, дети учатся ограничивать себя в чрезмерной активности, развивается осознанность ситуативности поведения.



Каждая игра, даже самая простая, имеет определенные правила, регулирующие действия детей старшего дошкольного возраста. В игре дети находятся в интересной совместной деятельности, им естественно подчиняться игровым правилам. Эти правила дают развитие своеобразным регулятором действий ребенка. Как это происходит? Сначала дети следят друг за другом, контролируют, как другие соблюдают правила игры, а затем стараются следить и за своим поведением. Сначала за поведением в игре. Постепенно это переходит на

жизненные поступки, на поведение в целом.

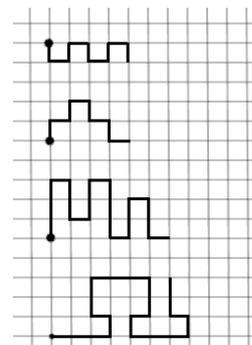
Достаточно уделять игре с правилом 15-20 минут ежедневно, и вы увидите результат!

# ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ

## «Графический диктант»

Цель: Вырабатывать у детей умение внимательно слушать и четко выполнять указания взрослого, не отвлекаясь на посторонние раздражители. Учить работать под диктовку и самостоятельно по образцу.

Подготовьте тетрадные листы в клеточку. На них поставьте точки в начале строки. Дайте детям карандаши и скажите: «Я буду говорить, в какую сторону и на сколько клеток провести линию. Каждую новую линию начинай там, где кончилась предыдущая, не отрывая карандаш от бумаги»



Пример: «Поставь карандаш на точку. Рисуй! Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вверх. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Одна клетка вниз. Одна клетка направо. Дальше продолжай самостоятельно рисовать этот узор до конца строки».

## «Да и нет»

Цель: Развитие умения ребенка действовать по правилу.

Взрослый задает ребенку вопросы. Отвечая на вопросы, ребенку нельзя говорить слова «да» и «нет».

Пример вопросов:

1. Ты хочешь идти в школу?
2. Ты любишь смотреть мультфильмы?
3. Тебе нравится играть?
4. Ты любишь мороженное?
5. Тебя зовут Света? И т. п.

## «Лабиринт»

Предложите ребенку нарисованные на листе бумаги лабиринты. Задача заключается в том, чтобы как можно быстрее выбраться из каждого лабиринта.

Правила игры.

1. В начале работы поставь карандаш в центр лабиринта и, пока выход не будет найден, не отрывай карандаш от бумаги.
2. Сразу начинай движение карандашом, на пытаясь предварительно просматривать путь следования.
3. Не задевай линии лабиринта, не пересекай их.
4. Нельзя поворачивать назад.

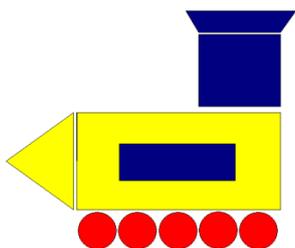


## «Тропинка»

Цель: Развивать произвольное поведение, дисциплинированность, организованность, сплоченность.

Дети берутся за руки, образуя круг, и по сигналу ведущего начинают движение по кругу в правую сторону до тех пор, пока ведущий не произнесет слово-задание. Если ведущий говорит: «Тропинка!», все дети становятся друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего. Если ведущий говорит: «Копна!», - дети направляются к центру круга, выставив руки вперед. Если говорит: «Кочки!», дети приседают, положив руки на голову. Задания ведущим чередуются.

## «Копирование образца»



Цель: Развивать произвольную сферу, учить работать самостоятельно по образцу.

Ребенка просят скопировать нарисованный взрослым на листе бумаги графический образец, состоящий из геометрических фигур и элементов письма.

## «Четыре стихии»

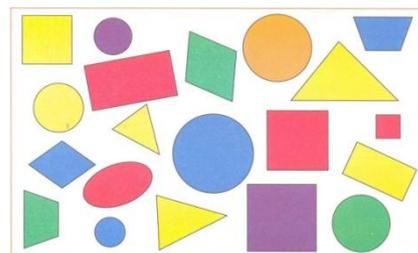
Цель: Способствует развитию произвольного поведения, организации.

Играющие встают в круг. Ведущий объясняет правила игры: если он скажет слово земля, все должны опустить руки вниз, если слово «вода» – вытянуть руки вперед, слово «воздух» - поднять руки вверх, слово «огонь» - произвести вращение в лучезапястных и локтевых суставах.

## «Раскрась фигуры»

Цель: Развивать произвольную регуляцию деятельности, терпеливость при выполнении малоинтересной и монотонной работы.

Ребенку показывают лист с нарисованными геометрическими фигурами и просят закрасить цветными карандашом каждую из них. Предупредите ребенка, что он должен делать это очень аккуратно, время не имеет значения. Как только ребенок начинает проявлять небрежность, работа прекращается.



Ребенок 6-7 лет аккуратно закрашивает 15-20 фигур. Это хороший показатель произвольной регуляции деятельности.

## "Раскрась"

Цель: Развитие произвольной сферы, произвольного внимания.

Ребенку (детям) дают лист бумаги, цветные карандаши и просят его нарисовать в ряд 10 треугольников. Когда эта работа будет завершена, ребенка предупреждают о необходимости быть внимательным, так как инструкция произносится только один раз: «Будь внимательным, заштрихуй красным карандашом третий, седьмой и девятый треугольники». Можно придумывать и усложнять задания для детей, вводя несколько правил.

## "Слушай хлопки"

Цель: развитие произвольного внимания и поведения.

Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши 1 раз – они приседают, два раза – вытягивают руки вверх, три раза – замирают. После выполнения команды движение по кругу продолжается.



## "Запретный номер"

Цель: развитие самоконтроля, самодисциплины, укрепление навыков счета, развитие внимания.

Выбирается определенная цифра, например 4. Дети встают в круг и по часовой стрелке считают по очереди: 1,2,3... Когда доходит очередь до четвертого ребенка, он не произносит цифру, а хлопает в ладоши 4 раза. В качестве "запретных" выбираются цифры: 4, 7, 11, 14, 15, 18, 21, 23, 25.

## "Тень"

Цель: развитие наблюдательности, произвольности поведения, внутренней свободы и раскованности.

Из группы детей выбираются два ребенка. Остальные – "зрители". Один ребенок – "путник", другой – его "тень".

"Путник" идет через поле, а за ним на два-три шага сзади идет второй ребенок, его "Тень". Последний старается точь-в-точь скопировать движения "путника".

Желательно стимулировать "путника" к выполнению разных движений: "сорвать цветок", "Присесть", "поскакать на одной ножке" и т. п.

## "Замри!"

Цель: развитие произвольного внимания и произвольных движений.

Играет веселая музыка. Дети подпрыгивают и свободно двигаются в такт музыке. Внезапно музыка обрывается, и дети замирают в тех позах, в которых застал из музыкальный перерыв. Затем через минуту снова включается музыка и игра продолжается. В конце выбирается самый внимательный - победитель.

## «Салочки - догонялочки»



Цель: Воспитание у детей смелости, способности мобилизоваться и избежать опасности.

На полу выделяются две «зоны» - дом для салочки и дом для остальных ребят. Между ними остается свободное пространство. Дети берутся за руки, строятся в шеренгу и дружно шагают от черты со словами: «мы веселые ребята, любим бегать и скакать, ну, попробуй нас догнать!» - с последними словами текста, но не раньше, все поворачиваются спиной к салочке и бегут в свой дом, а салочка старается их догнать. Если ей это удастся, то пойманный ребенок идет в дом для салочки, а игра продолжается, если нет, то выбирается новый водящий.

## Правила игры.

1. Идти к салочке дружно, смело, ровной шеренгой, держась за руки и согласуя свои движения с движениями других детей.
2. Бежать только после того, как будет сказано последнее слово «догнать».
3. Не ловить тех, кто намеренно замедляет движение к дому.

Со всеми правилами игры следует познакомить детей наглядно. В конце игры следует поощрить тех участников, которые соблюдали правила.

## «Пустое место»

Цель: Формирование волевых качеств и овладение своим поведением. В отличие от предыдущих игр в данной дошкольникам предлагается не воображаемая ситуация, а конкретная задача, решение которой требует от ребенка мобилизации своих усилий. Ребенок должен сам выбрать себе партнера, получая, таким образом, возможность выразить симпатию одному из сверстников. Содержащийся в ней элемент соревнования заставляет ребенка быть очень внимательным, собранным, а также не нарушая правила поведения в совместной деятельности.

Дети берутся за руки, строятся в круг и садятся на пол лицом внутрь круга. Взрослый, находясь за кругом, обходит его, приговаривая: «огонь горит, вода кипит, тебя сегодня будут мыть, не буду я тебя ловить!». Дети повторяют за ним слова. На последнем слове взрослый дотрагивается до кого-нибудь из ребят, просит его встать, повернуться к нему лицом, а затем говорит: «раз, два, три - беги!» - и показывает, в каком направлении нужно бежать за кругом, чтобы первым занять освободившееся место. Взрослый и ребенок с разных сторон оббегают круг. Взрослый дает малышу возможность первому занять свободное место и снова становится водящим. Он еще раз обходит круг и повторяет слова, давая детям возможность освоить правила игры. Выбрав другого ребенка, взрослый на этот раз старается первым занять место в кругу. Теперь ребенок становится водящим и сам выбирает себе партнера по соревнованию. Так по очереди дети соревнуются друг с другом.

## Правила игры.

1. Выбирать в партнеры того, кто еще ни разу не бегал.
2. Бежать по кругу в противоположные стороны.
3. Тот, кто не успел занять место в кругу, становится водящим.

