

### **«Развитие произвольных механизмов деятельности старших дошкольников»**

За формирование произвольности у детей и развитие самостоятельности, осознанности, как факторов целенаправленной деятельности отвечают лобные доли головного мозга. Эти области мозга формируются в возрасте от 4 до 7 лет. В это время дети и начинают контролировать свои действия. Это и есть задатки произвольности.

Так как в старшем дошкольном возрасте они еще не сформированы, поэтому ребенку сложно управлять поведением.

Детям в дошкольном возрасте сложно научиться воспринимать и выполнять инструкции, которые даются ему со стороны взрослого. Но это и есть первый шаг к практическим навыкам ребенка владения собой, своими поступками, поведением.

Для послушания не достаточно, лишь бесед и убеждений, ведь осознать свое поведение ребенку помогает общение, включенное в определенную **деятельность**.

В процессе общения с другими детьми, родителями, воспитателем у детей старшего дошкольного возраста развиваются очень важные качества — самостоятельность и осознанность. Именно эти качества являются предпосылками произвольности.

Формирование у ребенка полноценной функциональной структуры процессов осознанной саморегуляции, произвольной активности является специальной задачей взрослых, которая решается в разных видах доступной ребенку деятельности, на разных этапах его психического развития, при разных формах взаимодействия взрослого и ребенка. На развитие произвольного поведения оказывают влияние все виды детской деятельности, но ведущее место, по исследованиям ученых, принадлежит **игре**.

**В игре происходит и развитие волевых качеств, таких как:**

- умение ограничивать свои желания, - преодолевать препятствия,
- подчиняться требованиям взрослых и выполнять установленные нормы поведения,
- в своих поступках следовать положительному примеру.

**Наиболее эффективным средством осознания своего поведения и овладения им в дошкольном возрасте традиционно считаются игры с правилами.** Именно в такой игре дети начинают соотносить свое поведение с образцом поведения, который задан в правилах, а значит, задумываться, правильно ли они действуют. Игры с правилами предполагают проявление произвольности со стороны ребёнка. Любая из игр данного вида имеет цель, которую дети должны принять или даже самостоятельно сформулировать. Для выполнения этой цели ребёнок должен преодолеть определённые трудности на основе волевых усилий.

**Приступая к подбору системы игр и упражнений для формирования у дошкольников волевых качеств, произвольности и саморегуляции поведения, нужно ориентироваться на то, что это должны быть:**

- а) игры по правилам или с правилами;
- б) коллективные, партнерские игры, в которых партнерами могут быть как сверстники, так и взрослые;
- в) в них должны быть созданы условия для выстраивания каждым играющим своей стратегии;
- г) в игре должна ставиться цель – выиграть (т.е. это всегда либо соревновательная игра, либо игра-достижение).

## Игры на развитие произвольности детей старшего дошкольного возраста

### «Звучащая игрушка»

**Цель:** развитие произвольности и самоконтроля, быстро и точно реагировать на сигнал, развитие умения контролировать свои действия.

Взрослый обращает внимание детей на музыкальные инструменты, которые находятся на столе. Просит назвать те, из них какие дети знают. Сейчас я вам сыграю на каждом, чтобы вы послушали и запомнили, как они звучат. А теперь я поставлю ширму, вы слушайте. Ваша задача - определить, какой из музыкальных инструментов прозвучал. Отвечать будет тот, кого я назову.

### «Ответ по сигналу»

**Цель:** коррекция импульсивности, развитие волевой регуляции

Ребенку задают любые несложные вопросы, но ответит он не сразу, а только когда увидит условный сигнал. Если же вы задали вопрос, но не подали сигнал, ребенок молчит.

### «Прошепчи ответ»

**Цель:** развитие произвольности и самоконтроля, коррекция импульсивности

Взрослый задает вопросы. Каждый, кто знает ответ, протягивает вперед руку, пальцы сжаты в кулак, а большой палец поднят вверх (*показ*).

Когда поднятых пальцев много, взрослый считает «*Раз, два, три – шепотом говори*».

Задача детей - прошептать ответ.

### «Самый внимательный»

**Цель:** развитие произвольного внимания, быстроты реакции, обучение

умению управлять своим телом и выполнять инструкции.

Дети берутся за руки и идут по кругу. По сигналу ведущего останавливаются, хлопают 4 раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успевает выполнить задание, выбывает из игры.

Важно добиться синхронности выполнения движений. Затем алгоритм движений можно усложнить или изменить.

### «Копна – Тропинка – Кочки»

**Цель:** развитие дисциплинированности, организованности, сплочённости

Дети берутся за руки, образуя круг, и по сигналу ведущего идут по кругу до тех пор, пока ведущий не произнесёт слово-задание.

Когда ведущий говорит: «*Тропинка!*», все дети становятся друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего.

Когда ведущий говорит: «*Копна!*», - дети направляются к центру круга, выставив руки вперёд.

Когда ведущий говорит: «*Кочки!*», дети приседают, положив руки на голову.

Задания ведущим чередуются. Кто быстрее и точнее выполнит все задания, получит поощрительные очки. Чемпионом становится ребёнок, набравший наибольшее количество поощрительных очков.

### «Ребро-ладонь-кулак»

**Цель:** развитие произвольного внимания, зрительно – моторной координации, коррекция импульсивности.

По команде дети кладут ладони обеих рук на стол, сжимают их в кулаки, ставят ребром. Темп и последовательность положения рук меняются.

Затем взрослый путает детей: своими руками показывает одно, а говорит – другое.

Дети должны внимательно слушать и не ошибаться.

### «Пол – нос – потолок»

**Цель:** развитие пространственного восприятия, произвольного внимания

Педагог произносит «пол», «нос», «потолок» и вместе с детьми указывает на них (*руки вверх, к носу, руки вниз*). Сначала педагог делает правильно, а затем начинает путать детей – говорить «пол», а показывать на нос. Дети должны быть внимательными и не ошибаться.

### «Да и нет» - не говори

**Цель:** коррекция импульсивности, развитие произвольности, лабильности мышления, развитие воображения.

Дети по очереди ловят мяч и отвечают на вопрос, избегая слов «да» и «нет»

### «Молчу - шепчу – кричу»

**Цель:** коррекция гиперактивности, развитие волевой регуляции громкости речи и поведения.

Ребенку предлагается действовать и говорить в соответствии с определенными знаками. Картинки- символы предварительно показать детям, рассказать значение их.

Можно предложить знаки: большой барабан – кричать, маленький барабан – шептать, барабан зачеркнут – молчать.

Можно предложить цветовой знаки: красный – молчать, желтый – шептать, зеленый – кричать.

*Эту игру лучше заканчивать на этапе "молчу" или "шепчу", чтобы снизить игровое возбуждение при переходе к другим занятиям.*

### «Слушай хлопки»

**Цель:** тренировка внимания и контроль двигательной активности.

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении.

Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу какую-либо по договоренности.

Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны изменить позу

На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

### «Расскажем и покажем»

**Цель:** развитие слухового внимания, самоконтроля координации движений.

Дети выполняют движения под рифмовку.

Руку правую – на плечо

Руку левую – на плечо

Руку левую – на бочок

Руку правую – на бочок

Руки в стороны, руки вниз

Руки верх, руки вниз

И направо повернись

И налево повернись

*Упражнение повторяется несколько раз*

### «Повторение ритма»

**Цель:** развитие произвольного внимания и контроля двигательной активности.

Взрослый отстукивает (прохлопывает) любой ритмический рисунок, ребенок должен его повторить. Ребенок может слушать ритм с закрытыми глазами. Затем водящим становится ребенок. В конце игры детям задают вопрос: «Что было легче: задавать ритм или повторять?»