

## **Консультация для родителей «Развиваем самоконтроль у дошкольников с помощью игры».**

Формирование произвольного поведения у ребенка — один из наиболее важных факторов успешного обучения в школе. В произвольное поведение включают навык подчиняться правилам и требованиям, а также умение управлять и контролировать собственную деятельность — навыки самоконтроля. Начинать целенаправленное формирование у ребенка умения контролировать себя и свои действия следует задолго до поступления в школу. Правильное и своевременное обучение ребенка навыкам самоконтроля поможет ему в дальнейшем: быстрее и эффективнее адаптироваться к школе; избежать проблем с поведением и успеваемостью; сформировать крепкую базу для дальнейшего развития эмоционально-волевой сферы.

Развитие навыков самоконтроля тесно взаимосвязано с развитием высших психических функций, таких как внимание, мышление, память, воображение. Совершенствуя одно, ребенок непременно совершенствуется в остальном. Самый эффективный способ развития самоконтроля у дошкольника — игра с правилом. Ведь первым этапом формирования навыков контроля над собственным поведением является сравнение его с неким образцом, предложенным взрослым. В случае игры образец — это правила, с помощью которых дети учатся регулировать свои действия, доводить до желаемого результата.

Предлагаем несколько действенных игр, которые помогут дошкольнику совершенствовать произвольность и самоконтроль.

### **«Свой кубик донесу и не уроню».**

*Правило:* маршируя, донести кубик на вытянутой руке из одного конца комнаты в другой, не уронив. Сначала кубик лежит на ладони, затем, когда для ребенка это становится просто, перекладывается на тыльную сторону. Можно положить кубик на голову, слегка изменив правила: вместо марширования ребенок должен плавно двигаться.

### **«Время для шалости».**

*Правило:* как только включается музыка, ребенок делает все, что ему вздумается (бегает, прыгает, кричит), с выключением музыки озорство прекращается. Такие музыкальные тренировки можно повторять несколько раз.

### **«Стойкий оловянный солдатик».**

*Правило:* стоя на одной ноге, нести постовую службу, внимательно наблюдая за происходящим вокруг. Ведь солдатик должен быть стойким и уметь приструнить не только противников, но и самого себя. Затем нужно поменять ногу и присмотреться к окружающим еще внимательнее. Двигаться нельзя. Время, проведенное в позе солдатика, можно постепенно увеличивать.

### **«Запрещенная цифра».**

*Правило:* вместе с ребенком выбрать одну цифру, придумать действие (улыбнуться, хлопнуть в ладоши, нахмуриться). Затем родитель произносит разные цифры в произвольном порядке, а ребенок внимательно слушает и каждый раз, когда звучит та самая выбранная цифра, выполняет то самое придуманное действие.

### **«Веселая зарядка».**

*Правило:* воспроизводить движения так, как это сказано в стишке. Можно повторить зарядку несколько раз.

Ручка правая на плечо,  
Ручка левая на бочок,  
Ручки в стороны, ручки вниз  
И направо повернись.  
Ручка левая на плечо,  
Ручка правая на бочок,  
Ручки вверх, ручки вниз  
И налево повернись.

### **«Повтори за мной».**

*Правило:* взрослый хлопает в ладоши определенный ритм, ребенок внимательно слушает и пытается его повторить. Затем игроки меняются местами, теперь ритм задает ребенок, а взрослый повторяет. В конце можно спросить у ребенка: что ему было легче делать, повторять или задавать ритм.