

ИГРЫ, НАПРАВЛЕННЫЕ НА РАЗВИТИЕ ПРОИЗВОЛЬНОЙ СФЕРЫ ДОШКОЛЬНИКОВ

Для формирования *произвольности и самоконтроля* необходимо, прежде всего, развивать у детей понимание цели деятельности (что сделать), понимание программы деятельности (как сделать), понимание значимых условий деятельности (разбить программу на этапы), умение исправлять ошибки (самоконтроль). В первое время можно использовать образцы, эталоны, проговаривание ребенком всех действий вслух. Оптимальным для развития произвольности являются подробные инструкции, подразумевающие постепенное формирование у дошкольников способности к построению собственной программы деятельности.

Упражнение «Графический диктант»

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

Обязательно уточните ребёнку стороны: вправо, влево, вверх, вниз.

Пример: «Поставь карандаш на точку. Рисуй! Одна клетка вверх. Одна клетка вправо. Одна клетка вверх. Одна клетка вправо. Одна клетка вниз. Одна клетка вправо. Одна клетка вниз. Одна клетка вправо. Дальше продолжай самостоятельно рисовать этот узор до конца строки». Такие узоры вы сможете придумывать самостоятельно или взять из специальной литературы.

Упражнение «Лабиринт»

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

Упражнение «Палочки и крестики»

Приготовьте для ребенка (или группы детей) тетрадный лист в клеточку с полями и попросите его писать палочки и крестики так, как это записано в образце, в течение 3 минут

[+ I + I – I + I + I – I

Правила игры:

1. Писать крестики и палочки точно в такой же последовательности, как в образце.
2. Переходить на другую строчку только после знака “–”.
3. Нельзя писать на полях.
4. Каждый знак следует писать в одной клеточке.
5. Соблюдать расстояние между строчками – 1 клеточка.

Упражнение «Нарисуй и закрась»

Цель: Развитие произвольной сферы, произвольного внимания.

Ребенку дают лист бумаги в клетку, цветные карандаши и просят его нарисовать в ряд 10 треугольников (кружков, квадратов). Когда эта работа будет завершена, ребенка предупреждают о необходимости быть внимательным, так как инструкция произносится только один раз: «Будь внимательным, закрась красным карандашом третий и седьмой треугольник» или «закрась желтым 1-ый и 3-ий треугольник, а 5-ый зачеркни».

Аналогичные задания можно самим придумывать и усложнять.

Игра «Смотри внимательно и зачеркивай»

Цель: развитие способности к сосредоточению, концентрации, устойчивости и переключению внимания.

Возьмите небольшой фрагмент печатного текста с крупными буквами и попросите ребенка: «Вычеркни, например, все буквы <т>, а все <д> обведи кружком». Можете взять себе тоже отрывок текста и выполнять вместе с ребёнком. А потом обменяться текстами и проверить ошибки друг у друга, да еще и посчитать, и сравнить, у кого ошибок меньше.

Упражнение можно выполнять каждый день, меняя инструкцию. Постепенно количество ошибок будет уменьшаться, а произвольное внимание улучшаться.

Упражнение «Копирование образца»

Ребенка просят скопировать нарисованный взрослым на листе бумаги какой либо простой рисунок, например, как можно точнее срисовать пароход, отдельные детали которого составлены из элементов прописных букв и цифр. Взрослый говорит: «Перед тобой лежит лист бумаги и карандаш. На этом листе нарисуй, пожалуйста, точно такую же картинку, какую ты видишь на этом рисунке. Не горюпись, постарайся быть внимательным, чтобы рисунок был точно таким же, как образец. Если ты что-то не так нарисуешь, то не стирай ластиком, а нарисуй поверх неправильного или рядом правильно».

При сравнении рисунка с образцом следует обращать внимание: а) соотношение размеров деталей, б) на присутствие всех деталей, в) на правильность изображения – нет ли зеркального отражения, не путает ли ребёнок верх и низ, г) на количество деталей и способ их изображения – считает ли ребёнок или рисует «на глазок».

Либо фразы, написанные понятным прописным подчерком. Например фразы: Мой дом, Он ел суп, Мой шар и т.д. (здесь ВАЖНО, не умение писать, а умение скопировать образец как можно точнее).

Игра «Палочки»

Для этой увлекательной игры понадобятся счётные палочки (можно спички). Играть лучше вдвоём. Ведущий говорит: «Я покажу тебе фигурку, сложенную из палочек, и через 1-2 сек. накрою её листом бумаги. За это короткое время ты должен запомнить эту фигурку и затем выложить её в соответствии с образцом. Затем, пожалуйста, сверь свою фигурку с образцом, исправь и подсчитай свои ошибки. Если палочка пропущена или положение неправильно – это считается ошибкой. Начали!

Игра «Да и нет»

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.

Игра «Говори!»

Цель: развитие умения контролировать свои импульсивные действия.

Содержание: « Я буду задавать вопросы, но отвечать на них можно будет только тогда, когда поступит от меня команда “Говори!”». После тренировки можно играть.

Игра «Четыре стихии»

Цель: Способствует развитию произвольного поведения, организации.

Ведущий объясняет правила игры: если ведущий скажет слово «земля», нужно опустить руки вниз, если слово «вода» – вытянуть руки вперед, слово «воздух» - поднять руки вверх, слово «огонь» - поднять руки вверх и произвести вращение кистями рук.

Игра "Тень"

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

Играют двое. Один – "путник", другой – его "тень".

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

Желательно стимулировать "путника" к выполнению разных движений: "сорвать цветок",

"Присесть", "поскакать на одной ножке" и т. п.

Игра "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.

Игра «Кричалки - шепталки – молчалки»

Цель: развитие зрительного внимания и произвольного поведения.

Для проведения упражнения из разноцветного картона необходимо приготовить три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это - сигналы. Когда ведущий поднимает красную ладонь – «кричалку», то можно бегать, кричать, шуметь; желтую ладонь – «шепталка» является сигналом к тому, что нужно тихо передвигаться и перешептываться; синяя ладонь – «молчалка» означает, что дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой». После того, как дети в конце игры лягут на пол, можно включить спокойную музыку.

Игра «Что исчезло?»

Цель: развитие произвольного внимания и памяти.

Перед ребенком в ряд раскладываются предметы или мелкие игрушки (5-8 шт.). Его просят внимательно посмотреть на них и запомнить. Затем ребенок закрывает глаза, а взрослый убирает один предмет или игрушку. Задача ребенка - назвать исчезнувший предмет. Можно предметы или игрушки менять местами, тогда ребёнок должен сказать – кто с кем поменялся местами.

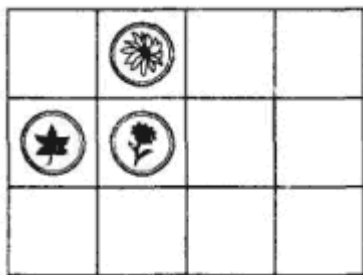
Упражнение "Раскрась вторую половинку"

Цель: развитие концентрации внимания.

Нужно приготовить несколько наполовину раскрашенных картинок. И ребёнок должен раскрасить вторую половину картинки точно так же, как раскрашена первая половина. Это задание можно усложнить, предложив ребенку вначале дорисовать вторую половину картинки, а затем ее раскрасить. (Это может быть бабочка, стрекоза, домик, елка и т.д.).

Игра "Пуговица"

Играют два человека. Перед ними лежат два одинаковых набора пуговиц, в каждом из которых ни одна пуговица не повторяется. У каждого игрока есть игровое поле - это квадрат, разделенный на клетки. Начинаящий игру выставляет на своем поле 3 пуговицы, второй игрок должен посмотреть и запомнить, где какая пуговица лежит. После этого первый игрок закрывает листком бумаги свое игровое поле, а второй должен на своем поле повторить то же расположение пуговиц.



Чем больше в игре используется клеток и пуговиц, тем игра становится сложнее.

Игра «Изобрази явление»

Цель: развитие произвольности, самоконтроля, эмоциональной выразительности и воображения.

Взрослый и дети перечисляют приметы осени: дует ветер, качаются деревья, падают листья, идет дождь, образуются лужи.

Взрослый показывает движения, которые соответствуют этим явлениям:

«Дует ветер» - дует, вытянув губы.

«Качаются деревья» - покачивает вытянутыми вверх руками.

«Падают листья» - выполняет плавные движения руками сверху вниз.

«Идет дождь» - выполняет мелкие движения руками сверху вниз.
«Появляются лужи» - смыкает руки в кольцо перед собой.

Когда дети запомнят показанные движения, объясняются правила игры: пока звучит музыка, дети бегают, танцуют, как только музыка прекращается, дети останавливаются и слушают, какое явление назовет взрослый. Дети должны выполнить движения, которые соответствуют данному явлению.

Упражнение «Зоопарк»

Цель: развитие произвольности, самоконтроля, внимания и эмоционально-выразительных движений. В начале игры необходимо спросить, были ли они в зоопарке. Пусть объяснят, что это.

После этого объясняются правила игры:

- А теперь попробуйте изобразить движения различных животных. Если я хлопну в ладоши один раз - прыгайте, как зайчики, хлопну два раза - ходите вразвалочку, как медведи, хлопну три раза – «превращайтесь» в аистов, которые умеют долго стоять на одной ноге. Начинаем игру.

Игра «Расскажем и покажем»

Цель: развитие произвольности и самоконтроля, слухового внимания и пространственного восприятия.

Дети встают полукругом напротив педагога и выполняют движения, которые упоминаются в рифмовке.

Руку правую - на плечо,
Руку левую - на бочок.
Руки в стороны, руки вниз,
И направо повернись.
Руку левую - на плечо,
Руку правую - на бочок.
Руки вверх, руки вниз,
И налево повернись.

Упражнение повторяется несколько раз.

Игра «Слушай команду»

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Дети движутся по залу под музыку. Внезапно музыка прерывается. Педагог шепотом произносит команду (поднять правую руку, присесть, подпрыгнуть, сесть на стульчик и т.п.).

Дети выполняют команду, включается музыка, игра продолжается.

*Материал подготовила
педагог – психолог Подшибаева Елена Николаевна*