



Т.С. Силкова, педагог-психолог I квалификационной категории, МБОУ для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Центр диагностики и консультирования № 9», г. Красноярск

ИГРОВЫЕ СРЕДСТВА ФОРМИРОВАНИЯ САМОРЕГУЛЯЦИИ УЧЕБНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕБЕНКА

Поступление в школу — переломный момент в жизни ребенка. С приходом в школу изменяется образ жизни ребенка, устанавливается новая система отношений с окружающими людьми, выдвигаются новые задачи, складываются новые формы деятельности. В силу различных причин, дети, не имеющие проблем в интеллектуальном развитии, оказываются не способными быстро и безболезненно усвоить систему школьных требований и включиться в учебный процесс. Это приводит к увеличению числа неуспевающих школьников. Одна из причин — несоформированность навыков саморегуляции.

В старшем дошкольном и младшем школьном возрасте саморегуляция выдвигается в центр психического развития ребенка. Она начинает формироваться в связи с необходимостью подчиняться требованиям взрослых, правилам поведения в обществе, при включении в учебную деятельность.

Отдельные структурные звенья системы саморегуляции изменяются при развитии познавательных процессов (мышления, восприятия, памяти, воображения), включенных в акты регуляции. В ходе обучения функции ученика как субъекта постепенно уточняются и совершенствуются.

Если отдельные звенья саморегуляции оказываются недостаточно сформированными, целостная система регуляции учебно-познавательной деятельности будет нарушена, а продуктивность действий — снижена.

На основе сформированной учебно-познавательной саморегуляции впоследствии может развиваться продуктивная саморегуляция в других видах деятельности. Учебно-познавательная саморегуляция, таким образом, становится основой для развития всех видов активности учащегося.

В рамках нового Федерального государственного образовательного стандарта установлены требования к результатам обучающихся, освоивших основную образовательную программу дошкольного образования:

- личностным;
- метапредметным, (которые включают регулятивные умения);
- предметным.

Регулятивные умения — умения организовать свою учебную деятельность: поставить задачу, наметить пути ее решения; соотносить известную информацию и ту, что предстоит узнать; планировать последовательность выполнения действий; прогнозировать результат, сравнивать его с заданным эталоном; умение корректировать работу и преодолевать препятствия. Для развития регулятивных умений, как в условиях образовательного учреждения, так и в домашних условиях, можно использовать следующие несложные игры и упражнения.

«ЗАПРЕТНЫЙ НОМЕР»

Цель: развитие самоконтроля, самодисциплины, укрепление навыков счета.

Ход игры.

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 (в случае, если дети считают до 25).



«ВОЛШЕБНОЕ СЛОВО»

Цель: развитие произвольности, самоконтроля и внимания.

Ход игры.

I вариант. Дети и ведущий становятся в круг. Ведущий объясняет, что он будет показывать разные движения, а дети должны их повторять, но только в том случае, если ведущий добавит слово «пожалуйста». Если ведущий этого слова не произносит, дети остаются неподвижными.

Замечание: «волшебное слово» ведущий произносит в случайном порядке, через 1–5 движений.

II вариант. Ход игры такой же, как в первом варианте, но тот, кто ошибся, должен выйти на середину и исполнить какой-нибудь «номер» (спеть песенку, прочитать стишок, придумать новую игру и др.).

Замечание: если тот или иной ребенок отказывается от игровых заданий, не заставляйте его выполнять их, продолжайте игру. Постепенно дети станут свободнее и увереннее в себе и будут реже отказываться играть.

«ЗАПРЕЩЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ»

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Ход игры.

Звучит веселая ритмичная музыка (например, «До чего же хорошо кругом» И. Дунаевского). Дети стоят полукругом, в центре — ведущий. Он показывает несколько действий, одно из которых (например, приседание) — запретное. Дети должны повторить все действия ведущего, кроме запретного. Тот, кто ошибся, становится ведущим.

«ХОЧУКАЛКИ»

Цель: формирование умения произвольно управлять своими чувствами.

Ход игры.

Педагог кончиком карандаша очень медленно рисует в воздухе какую-либо букву. Детям предлагается угадать букву, но не закричать правильный ответ, а, преодолев свое «хочу выкрикнуть», дождаться команды ведущего и прошептать ответ.

«ДЕТКИ НАОБОРОТ»

Цель: развитие самоконтроля.

Ход игры.

Дети становятся в круг. Педагог показывает движения и называет их. Дети должны делать движения, противоположные тем, которые показывает педагог, например, на команду «поднять голову» они должны ее опустить.

«ЧЕРЕПАХА»

Цель: развитие саморегуляции.

Ход игры.

Побеждает тот игрок, кто за минуту проползет наименьшее расстояние.

«ЛУЧШЕ ВИЖУ, ЧЕМ СЛЫШУ»

Цель: развитие самоконтроля, внимания.

Ход игры.

Дети стоят в кругу. Педагог показывает движения и одновременно называет их. Время от времени он называет движения неправильно, детям необходимо ориентироваться при повторении действий либо на слуховые, либо на зрительные стимулы, в зависимости от условия игры.

«КОЛПАК МОЙ ТРЕУГОЛЬНЫЙ»

Цель: развитие концентрации внимания, умения контролировать свое поведение.

Ход игры.

Игроки сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак», заменяют его жестом (например, два легких хлопка ладонью по своей голове). В следующий раз уже заменяются два слова: «колпак» и «мой» (показать рукой на себя).

«ФОНАРИКИ»

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Ход игры.

Положить руки на стол. Одна рука сжата в кулак, другая лежит на плоскости стола. Одновременно и разнонаправленно менять положение рук.

«ЦАРЕВНА НЕСМЕЯНА»

Цель: развитие самоконтроля.

Ход игры.

Один из участников садится в центр круга, а остальные должны постараться рассмешить его. Ребенок, сидящий в центре, может условно называться «Царевной Несмеяной». Выигрывает тот, кто дольше других не засмеется. Для того чтобы избежать затягивания упражнения, можно назначать предельное время пребывания в роли «Несмеяны».

«УХО – НОС»

Цель: развитие самоконтроля.

Ход игры.

Взяться левой рукой за кончик носа, правой – за противоположное ухо. Одновременно отпустить руки, хлопнуть в ладоши, поменять положение рук.

«БЕРИ, ДА ПОМНИ»

Цель: развитие самоконтроля, внимания.

Ход игры.

Педагог договаривается с детьми, что в течение определенного времени (до обеда, например) они могут брать любую вещь друг у друга только со словами «Беру, да помню». Если эти слова не сказаны, дающий говорит: «Да помни» и выигрывает.

«СЛУШАЙ ХЛОПКИ»

Цель: тренировка внимания и контроль двигательной активности.

Ход игры.

Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

«СОВА»

Цель: развитие произвольности.

Ход игры.

Дети сами выбирают водящего – «Сову», которая садится в «гнездо» (на стул) и «спит». В течение «дня» дети двигаются. Затем ведущий командует: «Ночь!» Дети замирают, а «Сова» открывает глаза и начинает ловить. Кто из игроков пошевелится или рассмеется, тот становится «Совой».

«КУЛАК – РЕБРО – ЛАДОНЬ»

Цель: развитие произвольности и самоконтроля.

Ход игры.

Ребенку показывают три положения руки на плоскости стола, последовательно сменяющих друг друга: ладонь, сжатая в кулак, ладонь ребром, распрямленная ладонь. Ребенок выполняет движения вместе с взрослым, затем по

памяти в течение восьми – десяти повторений моторной программы. Упражнение выполняется сначала правой рукой, потом – левой, затем – двумя руками. При затруднениях взрослый предлагает ребенку: «Помогай себе вслух или шепотом – командами «кулак – ребро – ладонь».

ЗАДАНИЯ ДЛЯ РАБОТЫ В ТЕТРАДИ В КЛЕТКУ

Детям предлагается продолжать рисовать узор из геометрических фигур и условных знаков по образцу через клетку и через строчку.

1. □ ○ △ □
2. □ □ ○ □
3. | - || - ||| - | -
4. □ + ○ □
5. ○ ○ ○ ○
6. △ | □ △
7. □ □ ○ ○ □
8. ● ● ● ○
9. ■ ■ ■ □
10. ■ ■ ■ ■ ■
11. ▲ ▲ ▲ ▲ ▲
12. ■ ■ ■ ■ ■

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М: ТЦ «Сфера», 1998.
2. Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активности личности. М.: Знание, 1986.
3. Психологические проблемы неуспеваемости школьников / Под ред. НА. Менчинской. М.: Педагогика, 1971.
4. Чистякова М.И. Психогимнастика / Под ред. М.И. Буянова. 2-е изд. М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995.