

# Консультация для родителей

Консультация для родителей на тему:  
«формирование у детей произвольного  
поведения»



**Произвольность поведения** — это умение слушать и умение слушаться.

**Развитие произвольности** — многокомпонентный процесс, который требует обязательного формирования целой системы осознанной саморегуляции (способности удерживать цель деятельности, составлять программу исполнительных действий, формировать модель значимых условий деятельности, уметь увидеть свои ошибки и скорректировать их в деятельности и после нее).

### **Немного о психических процессах:**

Развитие произвольности поведения связано со становлением регулятивной функции психики. В данном возрасте дети склонны к сильным переживаниям, из-за пластичности нервных процессов происходит быстрая смена чувств. К началу школьного обучения у ребенка процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Регулирующая функция воли проявляется в активизации и торможении деятельности ребенка. У дошкольника должны быть сформированы такие понятия, как «надо», «можно», «нельзя». Надо убрать игрушки, почистить зубы, застелить постель и т.п. — все это побудительная, активизирующая функция воли. Нельзя разбрасывать вещи, смотреть телевизор после 9 часов вечера и т. п. — эти словесные воздействия родителей направлены на торможение двигательной активности ребенка. «Можно» формирует в сознании дошкольника правила поведения, на основе которых происходит становление таких важных свойств личности, как дисциплинированность и ответственность: «Можно пойти погулять, после того как уберешь игрушки (в младшем школьном возрасте — выучишь уроки)».

К шести годам у детей происходит оформление основных компонентов волевого действия, но они еще недостаточно развиты. Выделяемые цели не всегда осознаны и устойчивы. Удержание цели зависит от трудности задания и длительности его выполнения. Достижение цели определяется мотивацией. Исходя из этого, взрослый должен:

- ставить перед ребенком такую цель, которую бы он не только понял, но и принял, сделав своей, — тогда у ребенка появится желание в ее достижении;
- направлять ребенка, помогать ему в достижении цели;
- приучать ребенка не пасовать перед трудностями, а преодолевать их;
- воспитывать стремление к достижению результата своей деятельности в рисовании, играх-головоломках и т. п. Умение организовать рабочее место, поддерживать на нем порядок, своевременно начинать работу — важные навыки, которые необходимо формировать у ребенка к началу школьного обучения.

Исследования нейропсихологов показали, что лобные отделы мозга ребенка только-только оформляются к 7 годам. До этого периода произвольное, управляемое поведение ребенка затруднено. Так как поведение ребенка до 7 лет непроизвольное, нерегулируемое и непосредственно эмоциональное, необходимо развивать его физические способности, двигательную сферу: быстроту, ловкость, пластику, скорость в играх, беге, прыжках, метании.

### **Как развивать произвольность поведения**

Следует использовать этот период для развития разнообразного познания, накопления разных сведений. На основе общего развития поведение ребенка перейдет на уровень разумного, управляемого, контролируемого. Посредником в этом процессе всегда является взрослый человек: он направляет ребенка, учит контролировать свое поведение, оценивать свою деятельность. Взрослый должен научить ребенка:

- понимать и принимать задачу, ее цель;
- планировать свою деятельность;
- подбирать средства для достижения цели;
- преодолевать трудности, достигая результата;
- оценивать результаты своей деятельности;
- принимать помощь взрослых при выполнении задания.

Многие дети, придя в школу, не могут поддерживать свои усилия в выполнении задания от начала до самого конца, особенно если при этом требуются навыки письма, владения ножницами, мячом и т.д. Многим просто не хватает внимания.

В этом деле большая роль отводится родителям. Они часто позволяют ребенку остановиться на половине пути: знает — и ладно, красиво делать научится потом — и допускают ошибку. Необходимо сразу ориентировать ребенка на выполнение любого задания с начала до конца — при уборке комнаты, помощи родителям, выполнении задания, конструировании. Надо приучать ребенка думать и о результате (не быстрее разделаться, дописать, дочитать, добежать и все забыть). Родители нередко утверждают ребенка в его нежелании думать о качестве своей работы, когда пытаются оградить от излишних переживаний по поводу получаемых отметок: не важно, что ему ставят; главное — что ему интересно и что он старается, делает, как может, — этого достаточно. Следует *нацеливать ребенка на стремление к хорошему результату*: не просто «как может», а так хорошо, насколько он способен, ориентировать на то, что завтра он сделает лучше, чем сегодня. Учеба — это постоянное совершенствование навыков, к этому надо приучать ребенка с первых дней пребывания в школе. *На ошибки ребенка лучше указывать не прямо*. При наличии ошибок попросить ребенка самому найти их — это первая форма самоконтроля. Обратите внимание, может ли ребенок сосредоточенно заниматься каким-либо делом — рисовать, лепить, мастерить и т. д.

### **«Конструирование»**

Для совершенствования системы произвольной саморегуляции наиболее эффективны занятия конструированием. Начать конструирование можно по образцу, например, предложить ребенку воспроизвести из деталей реально построенный дом. Ребенок учится правильно выбирать необходимые детали блоков, соотносить их по размеру, форме, цвету. Пусть ребенок внимательно

рассмотрит, изучит тот дом, который ему следует собрать самостоятельно по образцу. Затем проведите наблюдение по следующему плану:

1. Характер и последовательность строительства дома.
2. Соблюдается ли определенная последовательность сборки?
3. Удерживает ли заданную цель (предложенный образец)?
4. Выдержано ли соответствие постройки по размеру, цвету, форме блоков конструкции?
5. Как часто сверяет свои действия и их результат с эталоном

По окончании постройки задайте вопросы ребенку, насколько осознанно он выполнял задание, например: «Как ты думаешь, правильно ли ты построил дом?», «Есть ли в твоём доме одинаковые детали?» Проанализируйте вместе с ним достигнутые результаты конструирования. В дальнейшем можно постепенно усложнять задание по конструированию: вместо образца рисунок, план, замысел.

### **«Режим и порядок»**

Изготовьте из ватмана полоску с желобком, в который вставьте кружочек цветной бумаги, который можно передвигать пальцем. Прикрепите полоску на видное место к стене. Объясните ребенку: сделал дело — передвинь кружочек к следующей метке. Дошел да конца — получи приз (сюрприз, что-то приятное). Так можно приучать ребенка к порядку: убирать разбросанные игрушки, одеваться на прогулку и т. п.

Благодаря использованию подобных визуальных ориентиров постепенно «внешнее» планирование собственной деятельности переходит во внутренний план и становится правилом, предъявляемым ребенком к самому себе «в уме». В результате у ребенка появляется внутренний контроль за последовательностью действий, формируется умение доводить начатое дело до конца.

### **«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».

### **«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, не пытаясь предварительно просматривать путь следования.
3. Не задевай линии лабиринта, не пересекай их.
4. Нельзя поворачивать назад.

### **«Палочки и крестики»**

Цель: Развитие уровня саморегуляции и самоконтроля.

Приготовьте для ребенка тетрадный лист в клеточку с полями и попросите его писать палочки и крестики так, как это записано в образце, в течение 5 минут

I + 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 – 2 клеточки.

### **«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 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.

### **«Следи за своей речью»**

(аналог русской народной словесной игры «В барыню»).

Ведущий говорит:

«Барыня купила туалет.

В туалете сто рублей,  
что хотите, то купите,  
«да» и «нет» не говорите,  
черное и белое не покупайте»,

И начинает задавать «каверзные» вопросы, пытаясь вынудить отвечающего говорить запрещенные слова, например:

— Вы хотите купить черное платье?

— Я хочу купить зеленое платье.

— А разве зеленое вам к лицу?

— Мне просто нравится зеленый бархат.

— Это будет бальное платье?

— Бальное.

— Ваше зеленое платье должно быть длинным?

— Да. (Ой!)

Проигрыш: надо было сказать, например, «разумеется». Это игра, с одной стороны, вырабатывает умение задавать психологически сложные, «градом сыплющиеся» вопросы, а с другой — развивает внимание у отвечающего на вопросы. Можно просто договориться, какие слова или части речи нельзя говорить, и после этого задавать самые разные вопросы. Вопросов должно быть много — это откровенная проверка внимания. Например:

Вы сегодня завтракали?

Ваша прическа вам нравится?

Вы сегодня не опоздали на занятия?

Вы левша?

Вы любите кино?

**«Найди отличие»**



Предложите малышу взглянуть на картинки, где изображены, например, два жирафа (два гнома, два котенка, две рыбки). На первый взгляд они совсем одинаковые. Но, всмотревшись внимательнее, можно увидеть, что это не так. Пусть ребенок постарается обнаружить различия. Можно также подобрать несколько картинок с нелепым содержанием и попросить ребенка найти несоответствия.

### **«Топ - хлоп»**

Игра на развитие внимания, памяти. Ведущий произносит фразы – понятия — правильные и неправильные. Если выражение верное, дети хлопают, если неправильное — топают. Например: «Летом всегда идет снег», «Картошку едят сырой», «Ворона — перелетная птица». Чем старше дети, тем сложнее должны быть фразы – понятия

**Упражнения на распределение внимания** направлены на выработку у ребенка умения выполнять два разных действия одновременно.

1. Ребенок рисует круги в тетради и одновременно считает хлопки, которыми взрослый сопровождает рисование.

Время выполнения задания — 1 минута. Подсчитывается количество кружков и сосчитанное количество ударов. Чем больше кружков нарисовано и правильное сосчитаны хлопки, тем выше оценка.

2. В течение минуты нужно одновременно рисовать двумя руками: левой — кружки, правой — треугольник». В конце подсчитывается количество нарисованных треугольников и кружков. При этом треугольники с «округленными» вершинами не считаются, так же как и круги с «углами». Задача ребенка — нарисовать как можно больше «правильных» треугольников и кругов.

Задания подобного типа родители могут придумывать сами. Это могут быть рисование и устное решение несложных примеров, запись слов и прослушивание отрывка стихотворения и т.д.