**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение**

**«Детский сад № 182»**

**Подвижные игры как средство формирования   саморегуляции у дошкольников**

Материал подготовлен воспитателем:

Крючковой Еленой Константиновной

В последние годы проблема развития саморегуляции и произвольности поведения у старших дошкольников приобретает особую значимость в связи с усиленным вниманием взрослых к качеству подготовки детей к школе. Очевидно, что развитые формы произвольности не появляются внезапно и не даются ребенку в готовом виде, их базовые основания закладываются в раннем возрасте и формируются на протяжении всего дошкольного детства.

Развитие произвольности - это многокомпонентный процесс, который требует обязательного формирования целой системы осознанной саморегуляции:

* способность удерживать цель деятельности;
* составлять программу исполнительских действий;
* формировать модель значимых условий деятельности;
* уметь увидеть свои ошибки и скорректировать их в деятельности и после неё.

Произвольность поведения является основой формирования УУД.

Проанализировав уровень сформированности регулятивных способностей, как одно из условий готовности детей к школе, нами было выявлено: что из всех показателей развития регулятивных способностей имеют низкий уровень следующие показатели:

* умение слушать взрослого и выполнять его просьбы, задания, поручения;
* умение понимать задания в целом и самостоятельно выполнять в соответствии с алгоритмом действия;
* умение договариваться со сверстниками в игре и выполнять взятые на себя роли;
* умение регулировать свои действия, по словам «надо», «можно», «нельзя».

Одним из ведущих видов деятельности в дошкольном возрасте является игра, поэтому для формирования этих умений мы выбрали подвижные игры и упражнения. Именно в такой игре дети начинают соотносить свое поведение с образом поведения, который задан в правиле, а значит, задумываться, правильно ли они действуют.

В этих играх правило открыто, то есть, адресовано самому ребёнку. Оно обращает внимание ребёнка на собственные действия, даёт этим действиям вербальное оформление. Играя, дети учатся действовать по сигналу или команде, менять характер движений, овладевают навыками самоконтроля. Участие в подвижной игре сверстников способствует появлению самоконтроля. Кроме того, подвижные игры способствуют снятию мышечного напряжения, эмоциональной разрядке, повышению уверенности в себе.

Игры с правилами предполагают проявление саморегуляции у ребёнка. Любая игра имеет цель, которую дети должны принять. Для выполнения этой цели ребёнок должен преодолеть определённые трудности на основе волевых усилий. Необходимость выбора способа действия стимулирует проявление самостоятельности, инициативы и других качеств личности.

Для эффективности работы поставили перед собой цель:

Содействие развитию саморегуляции и произвольности поведения у детей старшего дошкольного возраста через подвижную игру и игровые упражнения.

Задачи:

1. Учить принимать игровую задачу и четко выполнять правила;
2. Развивать умение договариваться, распределять роли и выполнять эту роль до конца игры;
3. Развивать чувство ответственности в командной игре;
4. Развивать выдержку и терпение;
5. Воспитывать целеустремленность;
6. Развивать умение подчинять свои желания общим правилам игры.

Работа с детьми включает широкое использование подвижных игр. Они способствовуют формированию саморегуляции и произвольности поведения ребёнка. Развиваются такие качества как ответственность, упорство, настойчивость, решительность. Такие игры мы организуем на добровольных началах, предусматривая большую роль самих детей при общем руководстве со стороны взрослых. Игры используем в разных видах детской деятельности, в режимных моментах, на прогулке и дома с родителями.

Очень важным при организации подвижных игр является анализ игры. К обсуждению привлекаем всех детей, используем вопросы к детям: «Соблюдали ли правила в игре», «Кто не смог соблюдать правила, почему», «Какие правила мы договаривались выполнять в начале игры?»

В практике используем лесенку успеха, где дети, по окончании игры высказывают своё мнение и ставят смайлик на ту ступень, которую они достигли: Надо постараться, Хорошо, Молодец. Данный способ помогает формировать самопроизвольность у детей старшего дошкольного возраста.

В настоящее время родители являются активными участниками образовательного процесса, поэтому совместные мероприятия являются важным звеном в развитии саморегуляции и произвольности.

В своей практике использую *игры малой подвижности с правилами «Найди игрушку», «Найди и промолчи».* В этих играх дети получаю навык действия по правилам, что создает условия для управления своими эмоциями, произвольностью и анализу своего поведения.

*Народные игры: «Гуси-лебеди»*, *«Горелки»*, *«Веселые ребята»*, *«Два Мороза»*, *«Хитра лиса»* и другие игры развивают умение договариваться, распределять роли и выполнять эту роль до конца, умение подчинять свои желания общим правилам игры, выполнять действия по сигналу.

*Игры-соревнования: «Игольное ушко», «Чей мяч первый», «Перевези пассажира», «Самый быстрый»* и др. развивают чувство ответственности в командной игре, требуют внимания, выдержки, проявления чувства коллективизма, слаженности действий, взаимопомощи, ответственности.

Таким образом, развитие произвольности и саморегуляции через использование игр с правилами, не только способствует общему развитию детей, но и существенно повышает их качество подготовки к обучению в школе, где особенно важным становится умение подчиняться обязательным нормам и правилам в новой системе школьных и социальных отношений.