

# Развитие навыков самоконтроля у детей

**Самоконтроль** - это осознание и оценка человеком собственных действий, психических процессов и состояний.

**Самоконтроль обусловлен:**

- обществом( поведение)
- имеет регулирующую функцию
- является объектом волевой регуляции.



# Задачи самоконтроля

- совершать осознанные действия
- контролировать проявление своих ЭМОЦИЙ,
- достигать собственных целей
- ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ самоконтроль – владение эмоциями и чувствами
- владение психической реальностью.

# Формы эмоционального самоконтроля

- ❖ внутренний диалог с самим собой
- ❖ скверное настроение
- ❖ вспышки эмоций
- ❖ ссора
- ❖ драка
- ❖ достойное поведение
- ❖ взвешенное решение



**Развитие способности к самоконтролю начинается в дошкольном возрасте и происходит в процессе разнообразных "игр с правилами".**

**Умение сравнить свою работу с образцом и сделать выводы (обнаружить ошибку; убедиться в правильности) - важный элемент самоконтроля, которому нужно учить.**



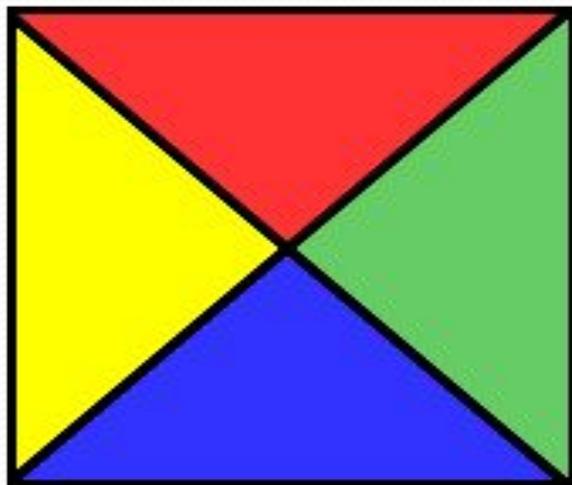
# Игра "Сделай так же".

- Варианты заданий в этой игре могут быть различными. Например, взрослый ставит на стол пирамидку, кольца которой надеты в порядке возрастания их размеров (сверху вниз). Детям предлагается собрать такую же пирамидку.

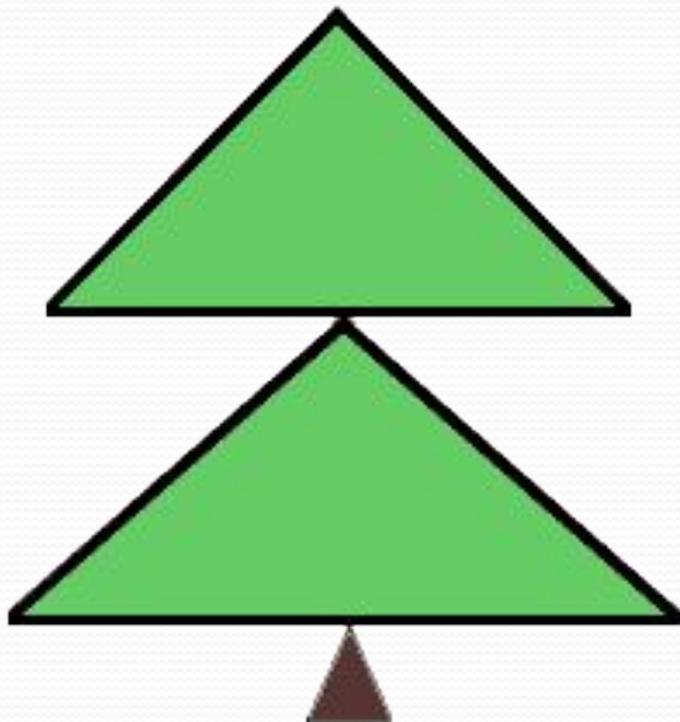


- Можно предложить сложить из имеющихся у детей геометрических фигур несложные узоры или рисунки, например:

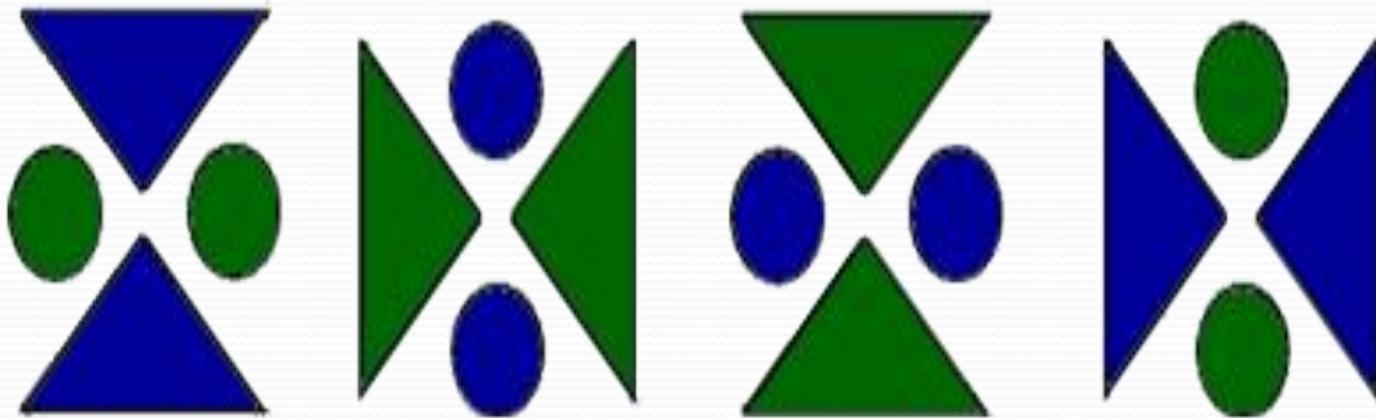
квадрат из треугольников по заданному образцу:



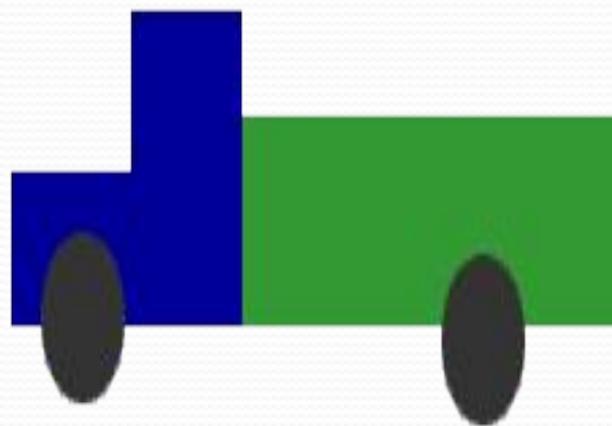
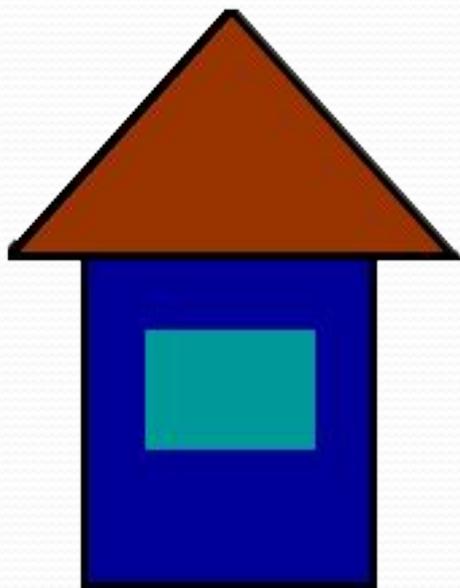
елочку из треугольников:



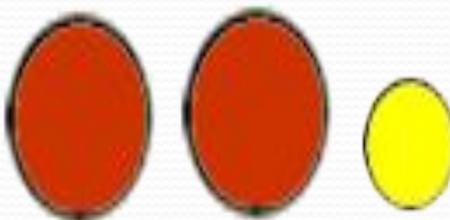
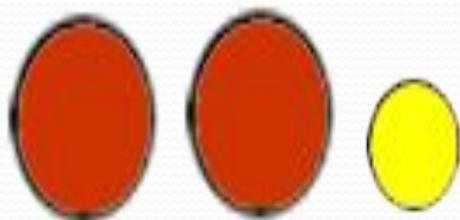
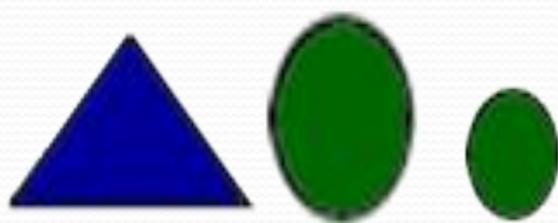
узор из геометрических фигур:



# КОМПОЗИЦИЮ:



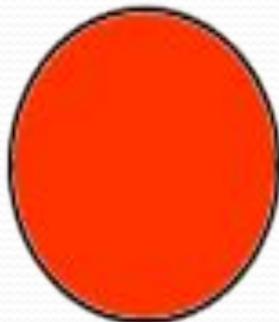
разложить геометрические фигуры  
в заданном порядке:



Ребенку нужно собрать пирамидку в соответствии с образцом. Затем задание усложняется, собрать пирамидку по порядку цифр.



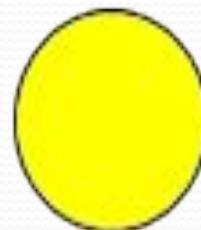
5



1



3



2



4

Детям необходимо их закрасить, ориентируясь на образец:

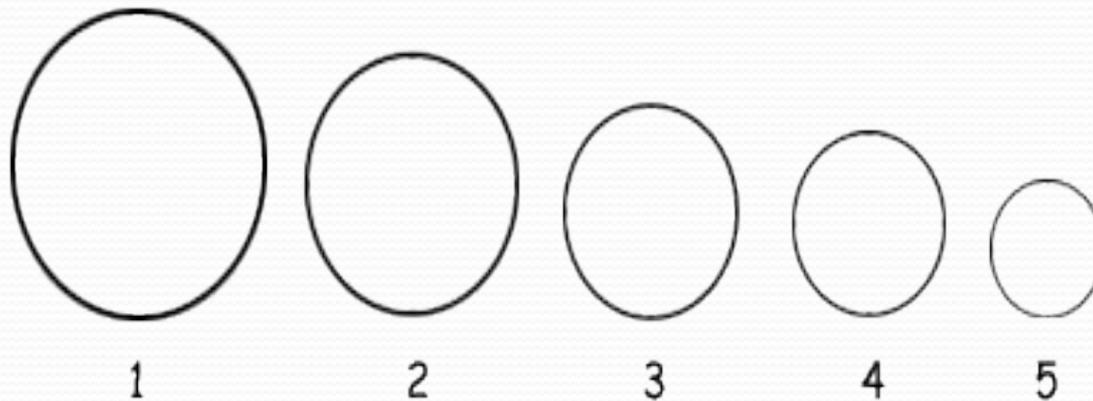
5 - красный

4 - синий

3 - желтый

2 - коричневый

1 - черный



# Игра "Число-контролер".

$$\begin{array}{cccc} 2 - 1 = & 3 - 1 = & 0 + 3 = & 9 - 9 = \\ 1 + 1 = & 7 - 7 = & 5 - 3 = & \end{array}$$

Подобные упражнения содержат в себе большие возможности для развития у детей приемов самоконтроля. **Задание:** решить примеры, все ответы сложить, чтобы получилась сумма:10.

Продуктивные те из них, где ребенок имеет возможность сопоставлять учебные действия и их конечный результат с заданным образцом.

# Игра "Сохрани слово в секрете".

Сейчас мы поиграем в такую игру. Я буду называть тебе разные слова, а ты будешь их четко за мной повторять. Но помни об одном условии: названия цветов - это наш секрет, их повторять нельзя. Вместо этого, встретившись с названием цветка, ты должен молча хлопнуть один раз в ладоши.

Примерный список слов:

окно, стул, ромашка, ириска, просо, плечо, шкаф, василёк, книга и т. д.

1. нельзя повторять слова, начинающиеся на звук [р];
2. нельзя повторять слова, начинающиеся с гласного звука;
3. нельзя повторять названия животных;
- 4- нельзя повторять имена девочек;
5. нельзя повторять слова, состоящие из 2-х слогов, и т. д.

# Как превратить "о" в "и".

Ученик доброй феи говорил: "Я не волшебник, я только учусь". Эти слова относятся и к нам: мы еще не умеем делать серьезных превращений, но превратить одну букву в другую нам под силу. Попробуем? Ниже напечатаны слоги. Не просто читай их, но во всех случаях, когда встречается звук [о], меняй его на [и].

ПО	ОРХ	КРОТ
РИ	КРА	СЛАМ
КА	ФРЕ	ПОРТ
ТУ	ШКА	ГРИБ
ТО	БЛО	ШКАФ
ПА	ПРЕ	КАРТ
ВА	КРО	СТОЛ
ГО	ТРО	ТОРТ
ДЕ	ФРУ	ИРИС
КО	СЛЕ	ОКНО

# Помоги пчёлке собрать урожай.

Вместо нектара пчелка собирает буквы. Если она соберет букочки правильно, у нее получится целое слово. Задание: пчелка находится снизу у третьей клетке справа (ш), полетела вверх на четыре клетки (к), спустилась на одну(о), поднялась на одну вверх и одну вправо (л), потом перелетела на две влево и вниз на одну(а).

Получилось слово:»ШКОЛА»



Б	В	Г	Д	Е	Ж
З	И	Ь	К	Л	Э
М	Н	А	О	П	Ъ
Р	С	Т	У	Ф	Я
Х	Ц	Ч	Ш	Ю	Щ

# сразу?

## (чтение вслух и про себя)

Задание: читать одно слово вслух, другое про себя.

В это время по дорожке  
Шел зверёк страшнее кошки,  
Был на щётку он похож.



Это был, конечно, ёж.  
А навстречу шла ежиха,  
Вся в иголках, как портниха.  
Закричал мышонку ёж:  
- От ежей ты не уйдёшь!  
Вот идет моя хозяйка,  
С ней в пятнашки поиграй-ка,  
А со мною - в чехарду.  
Выходи скорей - я жду.  
А мышонок это слышал,  
Да подумал и не вышел  
- Не хочу я в чехарду, -  
На иголки попаду.  
Долго ждали ёж с ежихой,  
А мышонок тихо-тихо  
По тропинке меж кустов,  
Прошмыгнул - и был таков.

# Игра «Как сказать слово, не произнося ни звука?»

Под каждой буквой написана цифра: она указывает на количество хлопков, которыми соответствующая буква станет обозначаться. Получается, что слово можно не только прочесть или произнести, но и прохлопать.

О	Т	К	С	И	А
1	2	3	4	5	6

Спасибо за внимание!

