



Просветительский журнал для родителей и педагогов

# Будущее в наших руках

Тема выпуска:

**«Саморегуляция»**



Читайте в номере:

Развитие произвольности  
поведения в дошкольном  
возрасте

Сказкотерапия для малышей

Творчество наших  
читателей



г. Гаврилов-Ям



**3 Крупицы мудрости**

**4 Специалисты советуют**

**5 Родителям на заметку**

**6 Страница психолога**

**8 Развиваемся, играя**

**10 От скуки на все руки**

**12 Сказка ложь, да в ней  
намек**

**14 Сказкотерапия для детей**

**17 От скуки на все руки**

**18 Моя семья-мое богатство**

**22 Творчество наших  
читателей**

**26 Детская страница**

## **Слово редактора**

**Уважаемые читатели!**  
Рада приветствовать вас на страницах нашего журнала. Как часто мы с вами откладываем на завтра то, что можно сделать сегодня, пытаемся заняться своим здоровьем, но с понедельника, сначала выплескиваем свои эмоции, а потом жалеем о том, что сделали. Хочется, чтоб наши дети так не поступали. Как научить ребенка управлять собой? Об этом мы и поговорим на страницах очередного выпуска нашего журнала. Желаю вам приятного чтения!

**Г.Н. Дементьева**

**Крупницы педагогической  
мудрости**



Самоконтроль — это сила внутри вас, что держит бразды правления гневом, нетерпимости и импульсивности..

Самоконтроль уберегает вас от ошибок, замешательств и потерь

Умеющий управлять другими силен, но умеющий владеть собой ещё сильнее.  
Лао-Цзы

Слово «назло» - это хороший мотиватор для борьбы с самим собой.

В мире есть только один человек, способный потянуть тебя на дно или вытянуть на верх — это ты сам.  
Омар Хайям





### Развитие произвольности и саморегуляции в дошкольном возрасте

Воля и произвольность являются важнейшими качествами личности человека. Именно они позволяют ставить цели и добиваться своего.

Произвольность поведения – это умение ребенка управлять своим поведением, организовывать свою работу. Каждый педагог и родитель стремится развить произвольность в своих детях, желает видеть их целеустремленными, настойчивыми и волевыми. Именно эти качества необходимы для обучения в школе, это способствует успешному усвоению школьной программы. Формировать произвольное поведение будущего первоклассника надо с дошкольного детства.

Как же происходит созревание произвольности и саморегуляции познавательных процессов, действий и поведения у дошкольников?

В три года действия приобретают намеренный характер, дети начинают действовать с заранее намеченной целью, которая еще может “теряться”. В этом возрасте ребенок начинает играть в сюжетно-ролевую игру, где возникает необходимость брать на себя определенные роли, а значит – подчинять им свое поведение. Также, огромную роль в формировании самоконтроля играют значимые для малыша взрослые: свою личность он оценивает через призму отношения к нему взрослых. И желая быть хорошим «затормаживает» поведенческие реакции, которые могут вызвать недовольство взрослых.

К четырем-шести годам окончательно формируются лобные доли, отвечающие за осуществление целенаправленной деятельности. В результате формируется способность контролировать свои действия. Следовательно, у детей этого возраста уже появляется произвольность. Присущая более младшему возрасту, импульсивность поведения постепенно преодолевается. Формируется умение подчинять свои желания требованиям взрослых, слушать речь взрослых. В игре формируется умение подчиняться правилам.

С пяти-шести лет значительно повышается уровень произвольного управления своим поведением, что очень важно для образования предпосылок к учебной деятельности.

В 6-7 лет начинает формироваться саморегуляция поведения. Дети способны отказаться от увлекательной игры и заняться непривлекательным видом деятельности, руководствуясь лишь необходимостью выполнения задания. Произвольность проявляется и в умении анализировать свои собственные движения, сознательно приобретать двигательные умения и навыки (рисовать, писать).

Произвольность выражается также в преднамеренном заучивании стихотворения, способности побороть непосредственное желание, отказаться от интересной деятельности, игры ради поручения взрослого. Произвольность проявляется и в мышлении. В этом возрасте дети могут удерживать цель действия до конца, если задание нетрудное и короткое по длительности. Дети стремятся во что бы то ни стало преодолеть трудности, отказываются “сдаться”, то есть обнаруживается высокий уровень целенаправленности.

Нестерова И.Н.,  
воспитатель ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»



**Как формировать произвольность поведения ребенка**

✓ **Приучайте** ребенка к режиму дня – все должно осуществляться в свое время: сон, отдых, питание, игры, занятия и т.д. (такая организация жизнедеятельности очень дисциплинирует ребенка);

✓ **Приобщайте** ребенка к посильному труду (у каждого ребенка должны быть посильные домашние обязанности, выполняя которые ребенок заставляет себя делать то, что кажется трудным и неинтересным);

✓ **Не потакайте** всем желаниям ребенка по первому же обращению (ребенок должен знать, что желаемого необходимо добиваться и заслуживать, преодолевая определенные трудности. При этом взрослые должны знать, что именно трудности развивают в детях способности, необходимые для их преодоления);

✓ **Будьте последовательны** в воспитании (если наказали за какую-то провинность – проследите, чтобы наказание было доведено до конца); Последовательность в воспитании должна прослеживаться у обоих родителей (если мама сказала, что должно быть так, то и папа должен придерживаться этой линии в воспитании. Рассогласование во взглядах на воспитание у родителей приведет к тому, что ребенок станет манипулировать родителями).

✓ **Играйте** с ребенком в игры, в которых нужно соблюдать правила (домино, лото, шашки и шахматы, «ходилки» с кубиком и фишками и другие), в подвижные, типа старых добрых «классиков», «резиночек», догонялок, вышибал, футбола и т.д. Играя с ребёнком, не старайтесь всё время поддаваться ему (по крайней мере, не делайте этого постоянно и явно). Потому что умение достойно проигрывать (ну, и выигрывать, естественно!) - тоже один из показателей высокого уровня самоконтроля.

Вот такие нехитрые советы, помогут вашему ребенку развить волевую сферу. Это процесс долгий и кропотливый, требует от родителей и других взрослых, окружающих ребенка, терпения. Если ребенку никогда не предъявлялись требования, он не следовал режиму дня, не имел обязанностей по дому, не ждите, что ребенок изменится за несколько дней. Это длительный процесс.

Жеглова М.В.,  
воспитатель МДОУ «Детский сад № 6 «Ленок»



Уважаемые педагоги и родители! Предлагаем вам с помощью методики Е.Е. Кравцовой «Раскрась картинку» выявить у детей индивидуальные особенности принятия задачи, поставленной взрослым.

**Оборудование:** для ребенка необходимо приготовить два одинаковых контурных рисунка, один из которых заранее раскрашен в нетрадиционные цвета: дерево – красное, небо – черное, солнце – зеленое, облака – коричневые, земля – синяя

### **Инструкция:**

Ребенку предлагают раскрасить картинку по образцу: «Раскрась картинку так же как у меня». После того как задание будет выполнено, ребенка просят проконтролировать себя, т.е. сказать, все ли правильно сделано и похожа ли его картинка на образец.

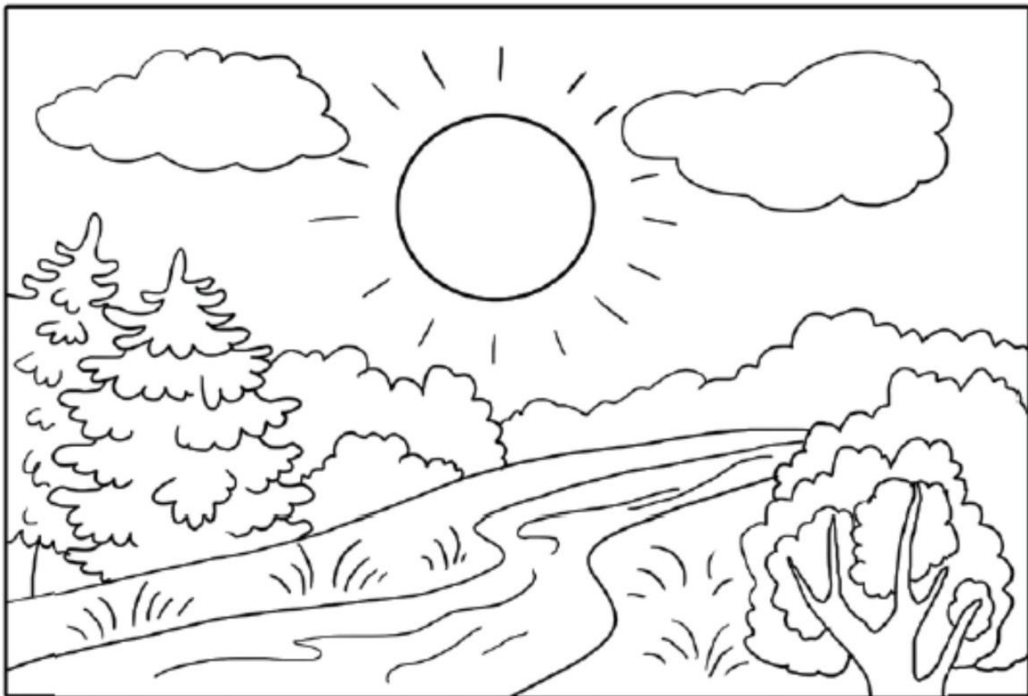
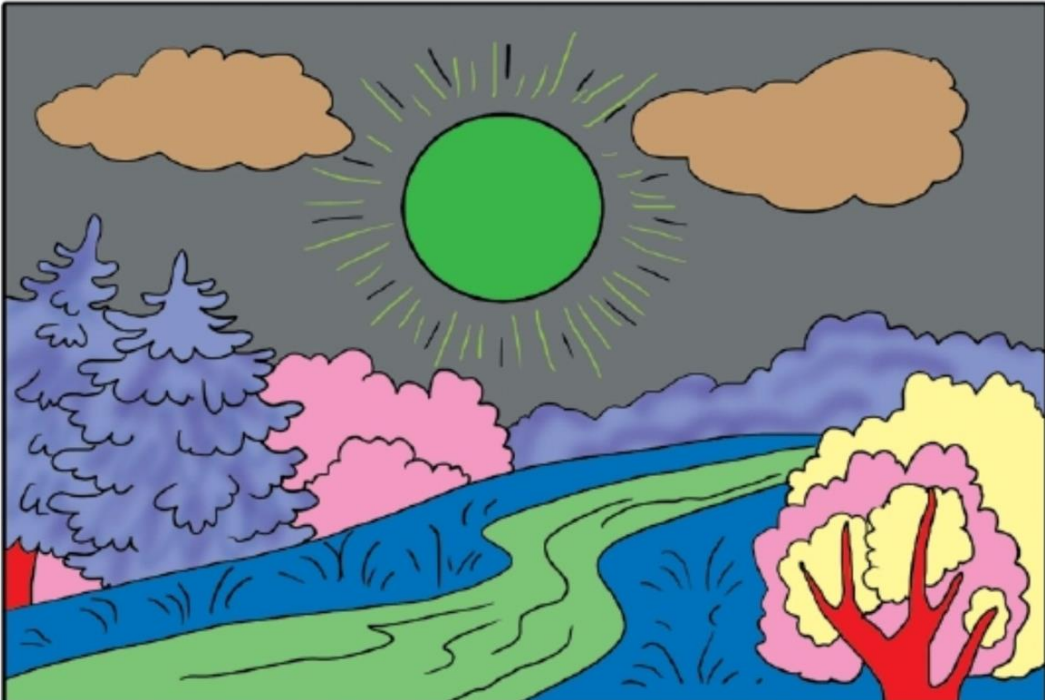
### **Интерпретация:**

**3 балла.** Дети с заданием справляются полностью. Когда их спрашивают, все ли они правильно сделали, то ребята не просто отвечают, а пытаются аргументировать свои слова: «Здесь небо черное и у меня тоже черное, значит, правильно». Принимает и понимает задачу

**2 балла.** Формально задание выполняется неправильно. Дети используют цвета несоответствующие эталону, но когда взрослый начинает интересоваться каждым предметом отдельно, дети этой группы замечают свои ошибки: «Ой, здесь нужно было рисовать красным карандашом, а я зеленым». Принимает, но не понимает задачу.

**1 балл.** Дети внимательно рассматривают образец, при выполнении задания частично или полностью раскрашивают предметы на картинке, но не в соответствии с эталоном. При оценке своих результатов они часто рассуждают о целесообразности так, а не иначе раскрашивать рисунок, говорят: «Дерево не красное, а зеленое», «А так не бывает» и т.д. Не принимает, но понимает задачу.

**0 баллов.** Дети выполняют задание неправильно, они раскрашивают картинку в те цвета, которые им нравятся. Когда их просят сравнить результат с образцом, они не замечают ошибок. Даже если их спрашивают о каждом изображенном предмете в отдельности («А дерево у тебя на рисунке такое же, как на моем?»), они отвечают утвердительно, иногда не взглянув на рисунок. Не принимает и не понимает задачу.





## **Игры на развитие саморегуляции у детей дошкольного возраста**

Многие неравнодушные родители заботятся о том, чтобы их ребёнок к моменту поступления в школу много знал, был внимательным, хорошо запоминал разнообразную информацию, умел думать, правильно говорил. А вот о развитии такого важного качества, как произвольность поведения (то есть умение контролировать себя), задумываются единицы. А жаль, потому что самоконтроль – важнейшее условие успешного обучения в школе, да и просто жизни в обществе.

Что делать, если вы замечаете у своих детей излишнюю активность, замкнутость, робость или агрессивность с плаксивостью, или уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Как помочь ребенку в такие моменты? Самое правильное – научить его помогать самому себе, сознательно создавать в себе оптимальную «внутреннюю атмосферу», то есть познакомить с методами саморегуляции.

**Саморегуляция** – это способность контролировать свои эмоции и поведение в зависимости от ситуации. Она включает в себя умение справляться с сильной эмоциональной реакцией на различные травмирующие стимулы, умение успокоиться, когда вы расстроены, а также умение справляться с раздражением без эмоциональных вспышек.

Наиболее важное место в технике саморегуляции занимают специальные упражнения, которые необходимо выполнять в игровой форме. Некоторые упражнения ребенок сможет выполнить самостоятельно, в других - ему должны помочь взрослые. Упражнения следует выполнять в тех случаях, когда вы заметили в поведении ребенка признаки эмоционального перенапряжения.



**«Я – СИЛЬНЫЙ И МОГУЧИЙ».** Выполнять его можно, гуляя с ребенком в парке, сквере или другом месте. Обратите внимание ребенка на большое дерево (дуб например).

Скажите: «Посмотри, какое это большое, могучее и сильное дерево! Если подует ветер - только верхушка дерева колыхнется, а само оно сможет выстоять. Ты знаешь, человек тоже может иногда быть таким же сильным и могучим... Если тебе вдруг захочется когда-нибудь кого-то ударить или сказать грубое слово, что-то сломать — представь, что **ТЫ ЕСТЬ ТАКОЕ ЖЕ МОГУЧЕЕ И СИЛЬНОЕ ДЕРЕВО!**» Поиграйте с ребенком: поочередно представляйте себя могучим деревом. Спросите, что чувствует малыш? Что, по его мнению, значит быть сильным и могучим? Что значит сохранять спокойствие в сложных ситуациях?





Упражнение: **«ВОЗЬМИТЕ СЕБЯ В РУКИ»**

Ребенку говорят: «Как только ты почувствуешь, что забеспокоился, хочешь кого-то стукнуть, что-то кинуть, есть очень простой способ доказать себе свою силу: обхвати ладонями локти, сильно прижми руки к груди — это поза выдержанного человека».

Упражнение **«ЗАМРИ!»**

Если ты расшалился и тобой не довольны, скажи себе мысленно: «Замри!». Посмотри вокруг, что делают другие, найди себе интересное занятие, подойди к кому-нибудь и попроси поиграть с тобой. Кто-то обязательно согласится, тебе будет интересно.

Упражнение **«ЧЕРНЫЙ-БЕЛЫЙ НЕ БЕРИ, ДА И НЕТ НЕ ГОВОРИ».**

Сейчас будем играть в игру, в которой нельзя называть 4 слова: черный, белый, да, нет -заменяй их другими словами. Я тебе задаю вопросы, а ты отвечай, только не говори запретных слов, если ошибешься отвечать на вопросы буду я. (например: Как тебя зовут?, Ты сегодня завтракал, да?, Снег какой? и т.д.)

Упражнение **«КЛУБОЧЕК»**

Расшалившемуся ребенку предлагается смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый сообщает, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинают сматывать его, так сразу же и успокаиваются.

Упражнение **«ЧАС «ТИШИНЫ» И ЧАС «МОЖНО»**

Взрослый договаривается с ребенком о том, что у них теперь будет час тишины и час «можно». Это значит, что в час «тишины» он будет вести себя тихо и заниматься спокойными делами — рисованием, лепкой и т. д. Зато в час «можно» - он сможет бегать, прыгать, кричать, петь и т. д. При этом желательно заранее предупредить, что даже в час «можно» нельзя драться, ругаться, обижать кого-либо и т. д.

Игра **«СОХРАНИ СЛОВО В СЕКРЕТЕ»**

Вы будете называть детям разные слова, а они их четко повторять. Но нужно помнить об одном условии: названия цветов - это наш секрет, их повторять нельзя. Вместо этого, встретившись с названием цветка, ребенок должен молча хлопнуть один раз в ладоши.

Примерный список слов: окно, стул, ромашка, ириска, просо, плечо, шкаф, василёк, книга и т. д.

Не забывайте меняться с ребенком ролями.

Игра **«НАЙДИ И ПРОМОЛЧИ».** Ребенку необходимо, передвигаясь по комнате, найти спрятанный предмет. Запрещено показывать его, говорить кому-то, или брать в руки.





## От скуки на все руки

### «Календарь своими руками»

Линейный календарь мы стали в своей семье использовать 5 месяцев назад, как дети в детском саду стали его делать самостоятельно. Придя домой из детского сада, Даша сказала: «Мама, а Ирина Николаевна нам сегодня разрешила сделать календарь самим и у нас все получилось».



А давай дома, тоже сделаем календарь и будем отмечать наши семейные праздники и важные даты». Так в нашем доме и появился календарь. Мы считаем, сколько в этом месяце дней, сколько выходных, какой по счету день недели, определяем состав чисел, считаем, сколько в этом месяце выходных и сколько мы будем ходить в детский сад, решаем различные задачи.

Запланировав заранее свои дела, он нам о них всегда напомнит. Календарь очень дисциплинирует, а самое главное приятно, что он сделан руками ребенка!

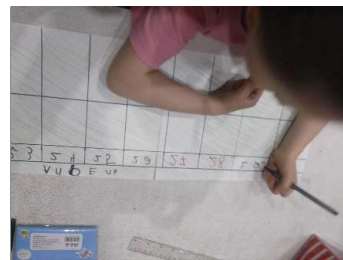


Шаронова Дарья,  
группа «Незабудка»,  
ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»,  
воспитатель И.Н. Нестерова



**От скуки на все руки**

Календарь месяца апрель Соня сделала в зеленом цвете. Почему? Потому что апрель – весенний месяц. В календаре обозначили числа, дни, в которые мы ходим в детский сад, обозначили машинками, а выходные – домиками, это значит, что ребенок находится дома. Изготовление календаря вызвало у Сони положительные эмоции, мы снова вспомнили радостные события, произошедшие в семье. На вопрос: «А тебе нравится составлять календарь?», Соня ответила: «Да, это помогает мне помнить месяц, дни недели, считать в прямом и обратном порядке и все это мне поможет в школе, и я всегда буду отвечать правильно».



Пигарева Софья, группа «Незабудка»,  
ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»,  
воспитатель И.Н. Нестерова



## Развитие произвольности поведения посредством сказки

Надо признать, что, если детям повторять хоть тысячу раз одну и ту же нравственную сентенцию, она для них все же останется мертвой буквой; но если же рассказать им сказку, проникнутую той же самой мыслью, - ребенок будет взволнован и потрясен ею. Сказки в зависимости от темы и содержания заставляют слушателей задуматься, наводят на размышления.

Но нередко ребенок заключает: «Так в жизни не бывает». Невольно возникает вопрос: «А как бывает в жизни?» ...

Русская народная сказка

«Лиса и козел»

**Смысл:** всегда нужно думать своей головой и быть самостоятельным.

**Цель работы:** зафиксировать опыт обретения самостоятельного мышления.

**Чтение сказки:**

Бежала лиса, на ворон зазевалась — и попала в колодец. Воды в колодце было немного: утонуть нельзя, да и выскочить — тоже. Сидит лиса, горюет.

Идет козел — умная голова. Идет, бородицей трясет, рожищами мотаает; заглянул от нечего делать в колодец, увидел там лису и спрашивает:

— Что ты там, лисонька, поделываешь?



- Отдыхаю, голубчик, - отвечает лиса, - там, наверху, жарко, так я сюда забралась. Уж как здесь прохладно да хорошо! Водички холодненькой – сколько захочешь!

А козлу давно пить хочется.

- Хороша ли вода-то? – спрашивает козел.

- Отличная, отвечает лиса. – Чистая, холодная! Прыгай сюда,

Прыгнул сдуру козел, чуть лисы не задавил. А она ему:

- Эх, бородатый дурень, и прыгнуть-то не умел – всю обрызгал.

Вскочила лиса козлу на спину, со спины на рога, да и вон из колодца.

Чуть было не пропал козел с голоду в колодце.

Насилу-то его отыскали и за рога вытащили.





### **Беседа с детьми**

- О чем эта сказка? ( о том, как лиса обманула козла)
- Почему у нее получилось обмануть козла? (ему так хотелось холодной водицы, что он не думал своей головой и не догадался о хитрости лисы).
- Объясни, что означает выражение «Нужно думать своей головой».
- Случались ли с тобой ситуации, когда нужно было думать своей головой? Расскажи об этом. (Напомните ребенку такие ситуации из его реальной жизни, где он сделал правильный выбор. Вспомните ситуации из своей жизни, когда с вами случилась неприятность, потому, что очень хотелось именно в данный момент получить желаемое).
- Как могла бы закончиться сказка, если бы козел «подумал своей головой»
- Чему эта сказка тебя научила? (При необходимости помогите ему сформулировать ответ.)

Цой М.Ю.,  
ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»



### «Два брата»

Направленность: Трудности самоконтроля. Нарушения произвольности.

Неумение управлять поведением.

Ключевая фраза: «Я не могу себя заставить»

Данным-давно в одной далекой стране жили-были два брата-. Они жили очень дружно и все делали вместе. Оба брата хотели стать героями. Один брат сказал: «Герой должен быть сильным и смелым» и стал тренировать силу и ловкость. Он поднимал тяжелые камни, лазал по горам, плавал по бурной реке. А другой брат сказал, что герой должен быть упорным и настойчивым, и стал тренировать силу воли: ему хотелось бросить работу, но он доводил ее до конца, ему хотелось съесть на завтрак пирог, но он оставлял его на ужин; он научился говорить «нет» своим желаниям.

Шло время, братья выросли. Один из них стал самым сильным человеком в стране, а другой — самым настойчивым и упорным, он стал человеком с сильной волей. Но однажды случилась беда: на страну напал страшный Черный Дракон. Он уносил скот, жег дома, похищал людей. Братья решили спасти свой народ. «Я пойду и убью Дракона»,— сказал первый брат. «Сначала надо узнать, в чем его слабость»,— ответил другой брат. «Мне не нужно знать, в чем его слабость,— сказал силач,— Главное, что я сильный». И он отправился к высокой горе, на которой стоял замок Черного Дракона.

«Эй, Дракон! Я пришел победить тебя! Выходи на бой!— закричал силач. Ворота замка распахнулись и навстречу ему вышел страшный Черный Дракон, Его черные крылья заслоняли небо, его глаза горели, как факелы, а из пасти вырывался огонь. Увидев это чудовище, силач почувствовал, как страх входит в его сердце, он начал медленно отступать от Дракона, а Дракон стал расти, расти и вдруг он щелкнул хвостом, и сильный брат превратился в камень.





Узнав о том, что случилось с силачом, его брат решил, что пришел и его черед сразиться с Драконом. Но как его победить? И он решил спросить совета у Мудрой Черепахи, которая жила на другом конце земли. Путь к этой черепахе лежал через три очень опасных королевства.

Первым было королевство хочукалок. У человека, который попадал в это королевство, сразу появлялось множество желаний: ему хотелось получить красивую одежду, дорогие украшения, игрушки и лакомства, но стоило ему сказать «хочу», как он тут же превращался в хочукалку и навсегда оставался в этом королевстве. У нашего героя тоже появилось множество желаний, но он собрал всю свою волю, и сказал им «нет». Поэтому ему удалось уйти из этой страны.

Вторым было на его пути королевство тыкалок, жители которого все время друг друга дергали и отвлекали от дел, поэтому в этом королевстве никто ничего не мог делать: ни работать, ни отдыхать, ни играть. Нашему герою тоже захотелось начать дергать других за руки и приставать к прохожим, но он снова вспомнил о своей воле и не стал этого делать. И хорошо поступил, потому что иначе он бы тоже стал тыкалкой и остался бы в этом королевстве.

И наконец, третьим на его пути было самое страшное королевство — королевство якалок. Как только он вошел в это королевство, ему сразу захотелось закричать: «Я самый умный», «Я самый смелый», «Я самый красивый», «Я самый-самый...». И здесь ему понадобилась вся сила воли, которую он тренировал много лет. Он молча миновал и это королевство и оказался у дома Мудрой Черепахи.

— Здравствуй, Мудрая Черепаха,— сказал он.— Я пришел к тебе за советом. Пожалуйста, научи меня, как победить Черного Дракона

— Победить Дракона может только человек с сильной волей,— ответила Черепаха.— Ты прошел три страшных королевства, значит, ты можешь сделать это. Чем сильнее воля человека, тем слабее страшный Дракон. Иди, ты победишь.

И Черепаха закрыла глаза, а наш герой поклонился ей и отправился обратно в свою страну.





Он подошел к воротам замка, в котором жил Черный Дракон, и вызвал его на бой. Дракон вышел из замка, расправил свои черные крылья и пошел навстречу смельчаку. Герою стало страшно при виде чудовища, но он собрал свою волю и поборол страх, он стоял на месте и не отступал ни на шаг. И вдруг... страшный Дракон начал уменьшаться, он становился все меньше и меньше, пока совсем не исчез! Черепаха сказала правду: чем сильнее воля человека, тем слабее злой Дракон. Как только Дракон исчез, рассыпался и его черный замок, а навстречу герою выбежали живые и невредимые жители страны, среди которых был и его брат. С тех пор они жили счастливо. Так сильная воля помогла герою победить зло.

### **Вопросы для обсуждения**

- Почему первый брат потерпел поражение?
- Что такое сила воли, как ее тренировал второй брат?
- Какие испытания проходил второй брат? Как они связаны с силой воли?
- Чем может тебе помочь сильная воля? Как ты ее мог бы тренировать?







«Гусеница»

По земле она ползет,  
По траве и веткам.  
Для неё весь огород,  
С миром разноцветным.  
И она под этот мир  
Красит спинку краской.  
И съедая лист до дыр,  
В кокон спрячет маски.

*Кормин С.*



Исаичев Матвей, группа «Зоренька»  
МДОУ «Детский сад №3»Солнышко»,  
воспитатель Сверчкова Я.В.



**Как мы воспитываем у ребенка произвольность поведения**

В процессе формирования поведенческой деятельности у ребёнка особое внимание следует уделять произвольному поведению. Произвольность – это способность управлять своими действиями, умение контролировать своё поведение.

Для развития этих умений у моего сына я использую игровую форму. Считаю, что наиболее эффективными являются игры с правилами.

К примеру, игра – ходилка с фишками и кубиками, данную игру можно использовать для различных умений и навыков, всё зависит от сюжета игры. Мы используем эту игру, чтобы научиться играть в паре (группе), выполнять очередность действий, соблюдая главные правила игры. А так же для развития навыка счёта.

Формирование выдержки осуществляем с помощью выполнения заданий. Главная задача – выполнить задание до конца.

Мой ребёнок очень активный, поэтому для нас важны физические упражнения и игры. Они позволяют развивать ловкость, упорство, выносливость, воспитывать смелость, способность избежать опасности.

Примеры игр в нашей семье:

1. Лепка
2. «Раскрась»
3. «Морская фигура» (под музыку начинаем двигаться, как только музыка заканчивается, замираем на месте, изображаем фигуру. Кто первый пошевелится, тот проиграл).
4. «Найди лишний предмет» или «Чего не хватает» (игра на внимательность). Необходимо запомнить все предметы на столе, определить чего не хватает или что лишнее.
5. «Горячо – холодно»
6. Найди среди всех чисел конкретное число, тоже самое выполняем с буквами и фигурами.
7. Спортивные соревнования с мячом, кеглями, кольцами и т. д.
8. Ролевые игры: «Доктор», «Разведчики», «Гонщики».и т. д.





9. Мемо карточки. Эффективность этой игры я открыла для себя недавно. Это карточки различных серий. Первые наши карточки были на тему «Космос». Игра состоит из 50 карточек. Её цель – найти пару. Каждой паре присвоен номер. Приложением к игре является книга с описанием каждой пары карточек. В ходе игры мой сын научился находить пары. Развитие визуальной памяти, слуховой. Ребёнок в игровой, не принуждённой форме запомнил названия карточек, и теперь с лёгкостью может показать величайших космонавтов и космические объекты. Следующее знакомство с мемо карточками на тему «Флаги», но это ещё в процессе изучения.

10. «Создание игрушек своими руками». Тема космос нас увлекла и мы смастерили космическую ракету своими руками. Ребёнок с увлечением помогал вообразить нашу будущую ракету, а затем клеить. Он с нетерпением ждал результата, представлял как будет играть.

У моего сына есть любимый мульт – персонаж – гоночная машина «Вспыш». Он часто сравнивает себя с этим героем. Я предложила ему самостоятельно смастерить «Вспыша» из картона. Сын терпеливо помогал клеить, красить нашего героя.

Считаю, что данные формы игры помогают моему ребёнку, развитию его поведенческой деятельности.





## Наши правила

1. Развитие произвольности поведения начинаем с правильного поведения родителей, бабушек и дедушек. Ребёнок видит как родители преодолевают различные трудности, как ведут себя в тех или иных ситуациях и берёт с них пример.

2. Ведем разговоры с сыном о том, что можно и что нельзя, как вести себя в тех или иных ситуациях.

3. Установили ежедневный распорядок дня, правила, которые нужно соблюдать каждый день (умывание, чистка зубов, уборка игрушек).

4. Стараемся приобщить сына к общему труду. Когда я занимаюсь уборкой, сын помогает мне мыть полы. Делаю так, чтоб ему было это интересно (например вода с пеной). После уборки его ждёт похвала, иногда поход в магазин за вкусняшкой.



5. Занимаемся с ребёнком, рисуем, играем в сюжетно – ролевые игры, игры на развитие памяти, пазлы.

6. Стараемся давать право выбора. Если покупаем сыну куртку, то померив, спрашиваем какая ему больше нравится. В еде так же даем право выбора (например, каша или омлет).

7. Ввели правила – если сын хочет идти гулять, значит нужно сначала убрать игрушки. Тоже самое перед сном. Если хочет съесть что-то вкусное, то сначала нужно покушать.

семья Куприяновых  
группа «Малинка» ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»  
воспитатель Бердникова Е.С.



## Главное-соблюдение правил

Произвольность поведения у ребёнка развиваем с помощью игры с установленными правилами.

Соблюдение правил во время игры помогает ребёнку контролировать свои действия, слушаться.

Стараемся объяснять ребёнку, что можно делать, а что нельзя, как поступать в конкретной ситуации, найти правильное решение.

семья Мочаевых,

группа «Малинка» ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»  
воспитатель Бердникова Е.С.





**Погоня за солнечными зайчиками**

Сегодня я встала не на шутку рано. Протираю глазки кулачками, потягаюсь. На стене резвятся солнечные зайчики, хочется поиграть с ними, бегу, догоняю, но они куда-то исчезают. Проказники! Ничего, вот купит мама велосипед, не сможете от меня скрыться, буду летать, как стрела! Выхожу в коридор, озаренный розовым светом, а там стоит он... Мой великолепный двухколесный друг. Я медленно на цыпочках крадусь к нему, робко касаюсь руля, сиденьки, педалей. Вдруг от радости как закричу во весь голос: «Мой велосипед!»

Наступил вечер (наконец-то дождалась), и мы с мамой пошли учиться кататься. Было так страшно и одновременно интересно. Ура! Мама научила меня кататься, теперь я держу равновесие и не падаю! Великолепно! Сейчас как разгонюсь!

Разогналась, а что дальше, как тормозить будем? Думай, Юля! Кручу педали, а они прокручивают, как остановиться... Страшно. Впереди не спеша идут люди, ни о чем не думают. Только без жертв! Вдруг я со всей мочи начинаю кричать: «Отойдите, у меня нет тормозов!» Люди от неожиданности кидаются в разные стороны, кто-то падает. Сжимаю зубы (и одновременно руки), надавливаю на какие-то штучки на руле и мгновенно торможу. Ура! Вот и тормоза.

Теперь я точно догоню своих солнечных зайчиков.

Ледянкина Ю. С.

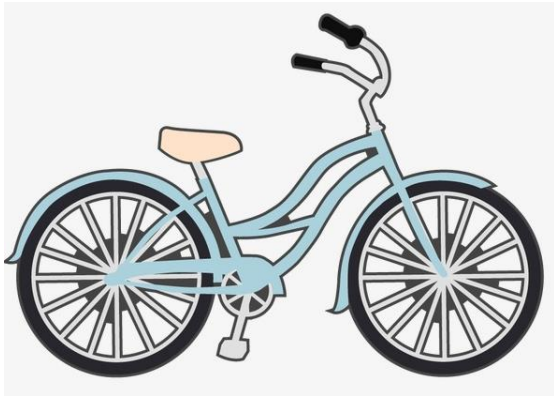
мама Ледянкиной Таи, группа «Смешарики», МДОУ «Детский сад №1 «Теремок»

воспитатель Шапорева Е.В.



**«Глаза боятся – руки делают»**

На протяжении всей жизни человек сталкивается с трудностями, которые он преодолевает, делая усилия над собой и своими страхами. Малыш делает первый шаг...ему страшно, но и интересно в то же время. Мир приобретает новые краски, появляются новые возможности. И так на протяжении всей жизни мы делаем шаги, совершаем поступки для того, что бы открыть для себя что-то новое, получить новые знания, возможности, впечатления. Но для этого необходимо преодолеть себя, свои страхи и свою неуверенность.



Мне было наверное лет 6-7. Мы всей семьёй приехали в гости к бабушке. Лето, жара, все гуляют, играют, катаются на велосипедах...а я не умею! Вот он стоит красивый, новый, ярко голубого цвета! Казалось бы, чего тут сложного бери и катайся! А я боюсь! Вдруг упаду! Раздеру до крови коленки, будет очень больно! Но кататься-то хочется! Я прошу папу научить меня ездить на велосипеде, он соглашается.

Бегал папа тогда со мной очень, очень долго! Пока он меня держит - я еду, как только отпустит падаю, как мешок с картошкой! Он успевал меня поймать...но, один раз не успел! Я упала и, конечно же, разодрала обе коленки до крови...слезы!!! И от боли и от обиды!!! Терпение отца иссякло, он сказал, что ещё не время мне ездить на велосипеде! Ревела я долго! До вечера! Коленки мне обработали, но вот досада от того, что у меня не получилось осталась...

Вечером за мной зашли друзья и пригласили покататься на велосипеде. Мне было очень стыдно признаться им, что я не умею! Не смотря на свой страх вновь упасть, я взяла велосипед и выкатила его на дорожку! Выдохнула, села и поехала! Радости моей не было предела! У меня все получилось! Как же это было здорово! Катались мы в тот день до позднего вечера! Тогда я поняла, что не надо бояться чего то нового, нужно пробовать, делать и тогда все обязательно получится!



Романюк Т. М.,  
мама Жегловой Маши, группа «Смешарики»,  
МДОУ «Детский сад №1 «Теремок»,  
Воспитатель Шапорева Е.В.



### **Размышления о силе воли**

Что такое сила воли? Задумайтесь, что приходит первое в голову? В моем воображении сразу возникает образ маленьких деревьев, что растут на крышах домов, или пролезают сквозь асфальт.

Маленький росточек попал в трещину и начал расти. Обстоятельства, как и в нашей жизни, мешают полноценно развиваться деревцу, но тот набирает силу с каждым днём. Корень растёт, а асфальт выворачивается наизнанку. Разве это не сила воли?

Каждый из нас должен развивать в себе данную черту. В первую очередь, это даже не силу воли, а характер. Если у тебя нет характера, нет внутри стержня, силы воли в себе не найти.

Развивать в себе волю непросто. Так же непросто, как и научиться не слушать необоснованную критику в свой адрес. Сколько раз мне пришлось услышать, что у меня не получится осуществить цель. Переехать в другой город, устроиться на работу и многое другое. Но я всегда говорила себе, что смогу. Как бы тяжело не было - смогу.

Это сложно. Иногда приходится говорить себе, что нужно потерпеть, переждать, закрыть глаза на что-то. Это каждодневная работа. Умение посадить в себе, как росточек, свою цель. И постоянно поливать росточек. Но и поливать тоже мало. Нужно удобрять почву. Выйти из зоны комфорта. Постоянно развиваться, учиться, изучать! Без новых знаний, общения и интересов никогда не развить в себе волю. Сколько нужно найти в себе сил, чтобы научиться игре на гитаре? Сколько месяцев придётся потратить, чтобы увидеть первые результаты! Это нужно понимать при осуществлении задуманного. Понимать, что так просто ничего не даётся. Только тяжёлым трудом и никак иначе.

Сила воли - единственное, что может сделать нас лучше, но без воспитания в себе этого качества, невозможно его приобрести.

Только кажется, что именно в осознанном возрасте мы развиваем свою волю. Это не так.

Когда мне было шесть лет, моя мама отдала меня в музыкальную школу. Инструмент я выбрала сама - фортепиано. Ещё я ходила на хореографию. Не знаю, нравилось ли мне заниматься, этого, к сожалению, я не могу вспомнить. Но давалось мне это не без труда.

Очень скоро я потеряла интерес к фортепиано и просила маму разрешить мне больше этим не заниматься. И она не стала настаивать.





С одной стороны, это правильно, что мама подумала в первую очередь о моем желании, а не о своей мечте о дочери-пианистке. Но с другой стороны, я выросла и пожалела о том, что так быстро сдалась. В начале девятого класса я вновь пришла в музыкальную школу к тому же педагогу. Хорошей пианисткой я не стала и уже не буду, так как пальцы в детстве я не успела хорошо разработать, но в конце концов, я научилась играть на фортепиано. Сила воли и желание - никакой магии!

Это хороший пример того, как с раннего детства мы сами бросаем себе вызов и, либо принимаем его, либо нет.

Другой разговор, когда ты начинаешь бороться с собой в осознанном возрасте. Это повышенный уровень игры, если так возможно выразиться. Устоявшая/полу-устоявшаяся личность имеет свойство находить хорошие оправдания, дабы не заставлять себя что-то сделать. Разумеется, я не исключение. Самый банальный пример - изучение иностранного языка. Я отлично понимаю как необходим мне английский, но сделать что-то в сторону его усовершенствования я не могу. Каждый день откладывается на понедельник, новый месяц или год. А время летит и оно нещадно к нам.

Были случаи, когда я смогла побороть свою лень и обуздать силу воли, но считаю эти достижения минимальными, чтобы демонстрировать их.

Я считаю, что нет точного рецепта, или решения, как довести до совершенства силу воли. Нужно просто делать переступая через себя, и никак иначе.

Сколько силы воли у людей с инвалидностью! Сколько сил они тратят на восстановление, на то, чтобы заново, например, научиться ходить. Где они её берут? Только внутри себя.

В каждом из нас заложена способность к произвольному поведению, и каждый из нас способен сделать все, что по силам.

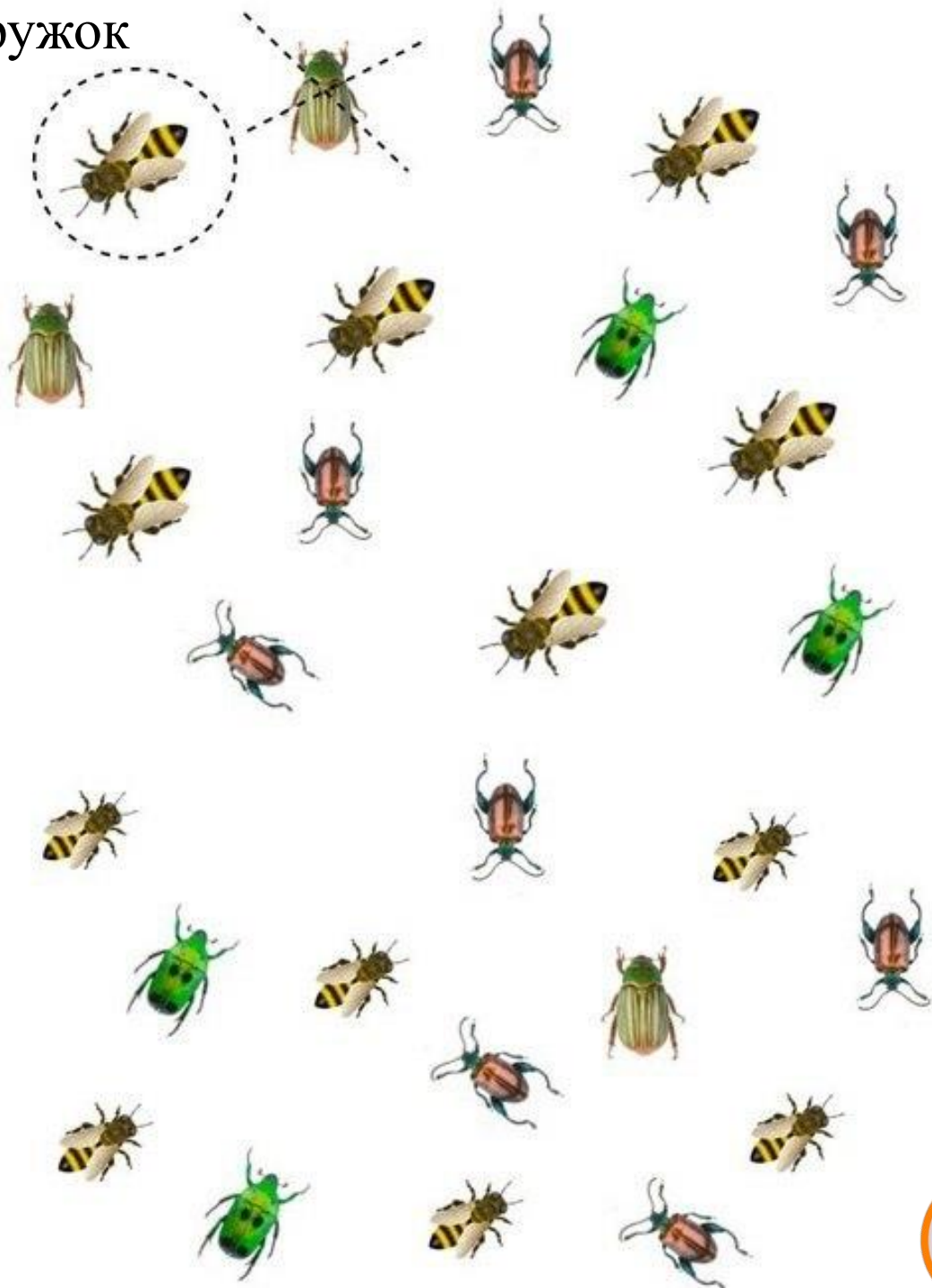
Мы безграничны в возможностях. Нужно только чаще себе об этом напоминать..



с уважением,  
Елизавета Холопова.



**Задание:** Поставь крестик на колорадском жуке, а пчелу обведи в кружок





Утка лапками гребёт,  
Утка в ручейке плывёт.

Среди кочек и коряг  
Утка опытный моряк.

Ей в извилинах у речки  
Нужно все собрать сердечки.

А потом в конце пути  
Прямо к озеру прийти.





Будущее в наших руках

## Редакционная коллегия

**Дементьева Г.Н.** , ответственный редактор журнала.

*Редакционная коллегия:*

**Нестерова И.Н.**, ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»

**Бердникова Е.С.**, ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»

**Цой М.Ю.**, ЧДОУ «Детский сад «Кораблик»

**Сверчкова Я.В.**, МДОУ «Детский сад №3 «Солнышко»

**Шапорева Е.В.**, МДОУ «Детский сад №1 «Теремок»

**Дементьева Г.Н.**, МДОУ «Детский сад №1 «Теремок»

**Жеглова М.В.**, МДОУ «Детский сад № 6 «Ленок»

**Пашникова Н.С.**, МДОУ "Детский сад №10 «Радуга»

**Давыдова М.В.**, МДОУ «Детский сад №10 «Радуга»

**Гусарова А.В.**, ЧДОУ «Детский сад «Малыш»

**Боровская М.И.** МДОУ «Детский сад № 6 «Ленок»

Электронный вариант журнала можно прочитать  
на страницах сайта вашего детского сада  
и на сайте "Методическое объединение "Все в твоих руках..."

<https://sites.google.com/site/ds1roditeli/home?pli=1>

### *Уважаемые читатели!*

Рады услышать ваши замечания, пожелания.

Контактный телефон: 8(905)647-11-91,

e-mail: [galinadementjeva@list.ru](mailto:galinadementjeva@list.ru)

Приглашаем к сотрудничеству

***До встречи в следующем номере!***