**Консультация для педагогов «Развитие саморегуляции у детей дошкольного возраста в игровой деятельности.»**

Проблема развития процессов саморегуляции у детей дошкольного возраста приобретает все большую значимость. Это обусловлено существенными изменениями в системе образования: современная школа предъявляет к первокласснику очень высокие требования. В XX веке важнейшей составляющей подготовки ребенка к школе считалось умение ребенка управлять своим поведением и контролировать действия. Д. Б. Эльконин, Л. А. Венгер, Л. И. Цеханская и другие акцентировали необходимость формирования у ребенка умений сознательно подчинять свои действия заданному правилу, действовать по образцу и словесной инструкции взрослого. Эти умения не теряют актуальность и в условиях современного образования.

Почему дети бывают такими непослушными? Почему их так трудно приучить к порядку, дисциплине, организованности? Дошкольники бывают такими непослушными, потому что не умеют владеть собой, не управляют своим поведением. Тут возникают новые вопросы: что значит, управлять своим поведением, и кто им может управлять, кроме себя самого?

Главное в управлении своим поведением - уметь остановить то, что происходит как бы само собой, задержать импульсивный ответ, привычную реакцию на тот или иной раздражитель. Без этой способности невозможно выполнять указания взрослого, следовать нормам поведения, сосредоточиться на каком-нибудь деле и довести его до конца, планировать свои действия. Все эти действия требуют произвольности поведения, т. е. способности владеть и управлять собой.

Основной чертой произвольного поведения является его осознанность. Произвольное действие отличается от непроизвольного тем, что человек управляет им сознательно, по своей воле, знает, что, как и зачем он делает.

Как показывают исследования, уже на первом году жизни начинают формироваться произвольные движения. В период от двух до трех лет закладываются основы регулирующей функции речи. С 4 лет развивается контроль за своими действиями, а нарушение правил поведения другими замечается уже с 3 лет. Уже в дошкольном возрасте появляется первая самооценка, роль которой в регуляции поведения постоянно возрастает. Все эти изменения служат предпосылками и создают условия для развития основ произвольной саморегуляции.

Развитие саморегуляции – одна из центральных линий развития детей. Разнообразие видов деятельности, которые осваивает дошкольник, объединяет одно – в них формируется важнейшее личностное новообразование этого возраста – произвольная регуляция поведения и деятельности, способность к самоконтролю.

Саморегуляция – процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками. Таким образом, осознание собственных действий и преодоление непосредственного, ситуативного поведения и составляют основу овладения собой в дошкольном возрасте.

Становлению произвольного поведения ребёнка способствует игра. Хорошо подобранная и правильно организованная игра, является сильным средством развития детей дошкольного возраста. Механизм управления своим поведением – подчинение правилам – складывается именно в игре, а затем проявляется в других видах деятельности. Произвольность предполагает наличие образца поведения, которому следует ребёнок, и контроля. В игре образцом служат не моральные нормы или иные требования взрослых, а образ другого человека, чьё поведение копирует ребёнок.

Самоконтроль только появляется к концу дошкольного возраста, поэтому первоначально ребёнку нужен внешний контроль – со стороны его товарищей по игре. Дети контролируют сначала друг друга, а потом – каждый самого себя. Внешний контроль постепенно выпадает из процесса управления поведением, и образ начинает регулировать поведение ребёнка непосредственно. В каждой, даже самой простой игре есть правила, которые организуют и регулируют действия ребенка. Эти правила определенным образом ограничивают спонтанную, импульсивную активность, ситуативность поведения.

Особенно важна роль игры в младшем дошкольном возрасте, когда серьезные разговоры еще недоступны детям и когда они еще не могут сами ставить перед собой цели и сознательно достигать их. Если правила поведения, которые постоянно декларируют взрослые, обычно плохо усваиваются детьми, то правила игры становятся необходимым условием интересной совместной деятельности, просто и естественно входят в жизнь малышей, становятся регулятором их поведения.

Простые игры содержат ряд условий, облегчающих детям выполнение игровых правил.

Во-первых, игры обычно имеют подвижный характер. Это способствует тому, что необходимость выполнения правил и сам факт их выполнения или невыполнения становится для ребенка очевидным, наглядным. Наглядность таких правил и их простота делают возможным даже для трехлетнего малыша контроль за их выполнением - сначала в поведении других, а потом и в собственном. Постепенно ребенок сам начинает предъявлять к себе определенные требования, причем добровольно, без нажима.

Во-вторых, естественному усвоению правил способствует то, что игровые действия осуществляются совместно. Подражание другим детям или взрослому помогает ребенку относительно быстро освоить требования игры.

И наконец, в-третьих, многие игры имеют сюжетно-образный характер, являются ролевыми, что облегчает ребенку управление своим поведением. Активность воображения дошкольников обеспечивает естественное принятие игровой роли и выполнение связанных с ней требований.

Основная задача упражнений на развитие произвольности и саморегуляции - научить ребенка длительное время руководствоваться в процессе работы заданным правилом, "удерживать" его, как говорят психологи. При этом безразлично, какое именно правило вами выбрано - подойдет любое.

Когда ребенок станет хорошо и постоянно удерживать правило, переходите к игре с одновременным использованием двух правил.

Таким образом, развитие регуляторных способностей формируются в разных видах игр. Игру считают школой произвольного поведения. Игры с правилами решают задачу развития саморегуляции ребенка.