*Игры на развитие регулятивных УУД воспитанников и обучающихся.*

**Игры:**

**1. Игра «Черепаха»**

Игра направлена на обучение навыку контролировать свои движения.

Дети располагаются вдоль стены помещения. Взрослый, стоя у противоположной стены, говорит: «Представьте себе, что все мы – черепахи. Я – большая черепаха, а вы – маленькие черепашки. Я пригласила вас в гости на день рождения. Я жду вас в гости. Но вот беда: праздничный торт еще не готов. По моей команде вы пойдете ко мне, нигде не останавливаясь. Помните: вы – черепахи и должны идти как можно медленнее, чтобы дойти только в тот момент, когда торт будет уже готов». Взрослый следит, чтобы никто не останавливался и не спешил. Через 2–3 минуты он дает новый сигнал, по которому все «замирают». Побеждает тот, кто оказался дальше всех от черепахи-именинницы.

Упражнение можно повторить несколько раз. Затем взрослый обсуждает с группой в кругу, трудно ли им было двигаться медленно и что им помогло выполнить инструкцию.

**2.Игра «Кричалки-шепталки-молчалки»**

Эта игра помогает развивать наблюдательность, волевую регуляцию и умения действовать по заданному правилу. Вырежьте 3 силуэта ладони из разноцветного картона (красный, жёлтый, зелёный или другие). Красная ладонь — кричалка. Когда она поднимается дети могут шуметь, бегать, кричать. Жёлтая — шепталка — можно тихонько шептаться и медленно двигаться. Зелёная — молчалка — все дети замирают на месте и молчат.

**3.Игра « *Гвалт»***

Игра помогает развивать концентрацию внимания. Один из участников выходит за дверь. Остальные дети выбирают строку из известной песни, которую распределяют между детьми: каждому частнику игры достаётся одно слово. Когда водящий входит, остальные участники начинают громко кричать каждый своё слово. Задача водящего ребёнка — угадать, что из какой песни взята строчка. Перед тем, как водящий войдёт в комнату, дети должны повторить каждый своё слово, чтобы не путаться и правильно его произнести.

**4.Игра «Говори!»**

Данная игра научит гиперактивного ребёнка контролировать импульсивные действия. Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

Взрослый говорит условия игры: я задаю вам вопрос, на который можно отвечать только после команды «Говори!» Каждый раз, когда вы задаёте вопрос, необходимо сделать небольшую паузу и только потом произносить **5.«Говори!»**

Игра «Колпак мой треугольный»

Игра учит малышей концентрировать внимание, способствует осознанию своего тела, учит управлять движениями и контролировать своё поведение. Группа по очереди произносит по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». Затем фраза повторяется снова, но дети, которым выпадает слово «колпак», заменяют его жестами, символизирующими колпак. В следующий раз жестами заменяется два слова, потом три и так далее, пока вся фраза не будет заменена.

**6.Игра "Передай мяч"**

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами, или использовать в игре одновременно несколько мячей.

**7.Игра "Запрещенное движение"**

Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.

Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры.

Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хорошо все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры "пять". Когда дети ее услышат, они должны будут хлопать в ладоши (или покружиться на месте).

**8.Игра "Коршун"**

Цель: развить внимание, быстроту реакции, умение следовать инструкции взрослого, обучить навыкам взаимодействия с детьми.

Воспитатель надевает шапочку курочки и говорит, что все дети - "цыплята" - живут вместе с мамой-курочкой в курятнике. Курятник можно обозначить мягкими блоками или стульчиками. Затем "курочка" с "цыплятами" гуляют (ходят по комнате). Как только воспитатель говорит: "Коршун" (предварительно с детьми проводится беседа, во время которой им объясняется, кто такой коршун и почему цыплятам следует его избегать), все дети бегут обратно в "курятник". После этого воспитатель выбирает другую "курочку" из числа играющих детей. Игра повторяется.

В заключение воспитатель предлагает всем детям выйти из "курятника" и погулять, тихонько помахивая руками, как крыльями, потанцевать вместе, попрыгать. Можно предложить детям поискать "цыпленка", который потерялся. Дети вместе с воспитателем ищут заранее спрятанную игрушку - пушистого цыпленка. Малыши вместе с воспитателем рассматривают игрушку, гладят ее, жалеют и относят на место.

С целью развития двигательных навыков можно усложнить игру следующим образом. Для того чтобы попасть в домик-курятник, дети должны не просто вбежать в него, а подползти под реечку, которая лежит на высоте 60-70 сантиметров.

**9.Игра «Расставь посты».**

Цель игры: развитие способности концентрировать внимание на определённом сигнале, навыков волевой регуляции. Включите ритмическую музыку. Под эту музыку дети должны маршировать один за другим. Впереди идёт командир, который даёт команды. По команде (слово, хлопок в ладоши) ребёнок, который идёт последним останавливается. Остальные дети продолжают движение до тех пор, пока вся группа не будет расставлена «на постах». Посты могут располагаться как в хаотичном порядке, так и в задуманном (по углам, по кругу, в линейку). Для того, чтобы слышать команды, все дети должны двигаться тихо.

**10.Игра «Слушай хлопки»**

Эта игра помогает в тренировке контроля двигательной активности ребенка. Выбирается ведущий, остальные дети идут друг за другом по кругу или же двигаются в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, все дети останавливаются и принимают позу аиста, два раза — позу лягушки, три раза — возобновляется свободная ходьба. Животные также могут меняться.

**11.Игра «Вам барыня прислала туалет…»**

Эта игра, представляющая собой вариант старинной игры, рекомендуется для развития произвольного внимания. В ней участвуют двое – ребёнок и взрослый, который контролирует выполнение правил игры.   
Предложите ребёнку поиграть в вопросы и ответы. Вы будете задавать вопросы, а он – отвечать. Ответы могут быть разными, нельзя только произносить одно запретное слово, например, называть белый цвет. Предупредите малыша, чтобы он был внимательным, так как вы постараетесь его подловить. Затем можно задавать вопросы, к примеру: «Был ли ты в поликлинике? Какого цвета халаты у врачей?» и т.п.   
Ребёнок должен найти такую форму ответов, чтобы выполнить правила игры. Как только он ошибется и назовет запретное слово, происходит смена ролей. Выигрывает тот, кто сумеет ответить правильно на большее количество вопросов.

Сначала, чтобы помочь ребёнку, можно дать ему карточку, раскрашенную запретным цветом. Когда у малыша есть такое вспомогательное средство, он гораздо лучше управляет своим вниманием. После нескольких вариантов игры (запретными могут быть разные цвета) ребёнок может отказаться от карточки. Эту игру можно усложнить, вводя 2 запретных цвета или другие запретные слова, например, ДА и НЕТ.

**12.Игра «ГОВОРИ!»**

Взрослый предлагает детям сыграть в игру в вопросы и ответы, но предупреждает, что отвечать на вопросы можно только после слова «Говори!». После вопроса бросить мяч, обязательно сделать паузу и лишь потом сказать «Говори!». Вопросы могут быть любыми, например:

«Какие времена года вы знаете?»… «Говори!»

«Какой сегодня день недели?»… «Говори!»

«Какого цвета платье у Маши?»… «Говори!»

«Какого цвета столы в группе?»… «Говори!»

Включение в игру мячика усложняет ее, но и делает более интересной.

**13.Игра «Замри»**

Игра поможет в развитии внимания и памяти ребёнка. Включите музыку. В такт музыке дети должны прыгать — ноги в стороны, затем вместе. Прыжки также сопровождаются хлопками над головой и по бёдрам. Внезапно музыка замолкает, а дети должны застыть в той позе, на которой затихла музыка. Ребёнок, которому это не удалось, выбывает из игры. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок.

**14.Игра «Давайте поздороваемся»**

Играя в эту игру, дети снимут мышечное напряжение и смогут переключить внимание на другой вид деятельности. По команде взрослого дети начинают бегать по комнате и здороваться со всеми подряд. Один хлопок — здороваются за руку, два — плечиками, три — спинками. Разнообразные тактильные ощущения позволят детям снять мышечное напряжение, прочувствовать своё тело, снять ощущение отчуждённости. Для того, чтобы тактильные ощущения были более полными, детям запрещается разговаривать во время игры.

**14.Игра «Оловянный солдатик»**

Игра направлена на развитие саморегуляции.

Ведущий объясняет детям: «Когда вы сильно возбуждены и не можете остановиться, взять себя в руки, встаньте на одну ногу, а другую подогните в колене, руки опустите по швам. Вы — стойкие солдатики на посту, честно несете свою службу. Оглянитесь по сторонам, заметьте, что вокруг вас делается, кто чем занят, кому надо помочь. А теперь поменяйте ногу и посмотрите еще пристальней. Молодцы!»

***Игры на развитие внимания***

**1.Игра «Что нового»**

Игра направлена на развитие умения концентрировать внимание на деталях.

Взрослый рисует мелом на доске любую геометрическую фигуру. К доске по очереди подходят дети и пририсовывают какие-либо детали, создавая картинку. Пока один ребенок находится у доски, остальные закрывают глаза и, открывая их по команде взрослого, говорят, что изменилось. По мере усложнения рисунка искать новые детали становится труднее и интереснее.

**2.Игра «Пуговицы»**

Играют по двое. Перед каждым игроком лежит набор пуговиц (наборы у обоих игроков абсолютно одинаковые, внутри одного набора ни одна пуговица не повторяется). От количества пуговиц в наборе зависит уровень сложности: чем сложнее игра, тем больше используется пуговиц. Для начала можно взять три пуговицы. У каждого игрока есть игровое поле, представляющее собой квадрат, разделенный на клетки. Чем больше клеток в квадрате, тем сложнее игра. Для начала берется игровое поле две на две клетки. Начинающий игру выставляет на своем поле три пуговицы. Второй участник должен посмотреть на расположение пуговиц и запомнить, где какая лежит, после чего первый игрок накрывает свое игровое поле листком бумаги, а второй должен выбрать из своего набора пуговиц необходимые и расставить их соответствующим образом на своем игровом поле. Затем первый игрок открывает свое игровое поле, и оба проверяют правильность выполнения задания. Время запоминания — 30 секунд.

В первый раз ребята могут не справиться с игрой, им необходимы средства овладения произвольным вниманием и запоминанием. В качестве таких средств выбраны указующий жест и развернутое речевое описание объектов и их пространственного расположения. Некоторые дети еще не владеют понятиями «левый», «правый», «вверх», «вниз». Вначале ребенок объясняет вслух, через некоторое время шепотом, а потом про себя. Затем достаточно просто указания на пуговицу.

**3.Игра «Маленький учитель»**

Эта игра особенно нравится тем, кто учится в младших классах. В этом возрасте дети легко отождествляют себя с учителем и с удовольствием играют «в школу», где в качестве педагога выступает сам малыш, а в роли нерадивого ученика – папа, мама или, к примеру, любимый плюшевый мишка.

Делая домашнее задание, вам (или школьнику – медведю в вашем лице), предстоит списать несколько предложений из книги. При этом вы должны намеренно допустить в своем тексте несколько ошибок. Лучше не делать орфографических или пунктуационных ошибок, ведь ребенок может не знать некоторых правил. Зато можно допускать пропуски букв, изменения окончаний, описки, несогласованность слов в лице и падеже.

Пусть маленький учитель проверит вашу работу. Когда все ошибки будут найдены, предложите ему поставить оценку за такое списывание. Будьте морально готовы, что ваши сын или дочь с явным удовольствием «влепит» двойку в ваш воображаемый дневник.

***4.Примеры текстов с ошибками:***

Задание №1

1) Дети поют хором песня.

2) На дубе растут яблоки.

3) Бабушка вяжет носк.

4) Игорь пьет ск.

5) Воробьи сидят на ветках старой берез.

6) Завтра я ходил в библиотеку.

7) Книги, тетради, блоноты лежали на столе.

Мальчик рисует краками.

9) Оля моет руки с млом.

10) У павлина краивый хвос.

Задание №2

1) Вчера мама сварит малиновое варенье.

2) Заяц лакомится сладкой морковками.

3) В чемодане лежит пара роликовых конько.

4) На столе лежит красная помидор.

5) Витя будет спать на потолке.

6) Маша съела много мроженного, и у нее заболело горло.

7) Петя запускает воздушных змея.

Девочки плетут веночки из-за одуванчиков.

9) Иринка скачет черз скаклку.

10) На дереве стучит дятла.

**5.Игра «Сделай так»**

Игра направлена на развитие мышечного контроля, умения владеть собой.

На столе у взрослого разложены карточки с изображением человечков, выполняющих различные движения. Взрослый показывает детям карточки и объясняет, какие действия изображены на каждой из них. Затем взрослый говорит: «По моему сигналу все подойдут к столу и возьмут по одной карточке. Я буду считать до десяти, а вы в это время будете выполнять то, что изображает человечек на выбранной вами картинке. Тот, кто возьмет карточку с сидящей на стуле фигуркой, должен сесть на стул, кому достанется карточка с танцующей фигуркой, должен танцевать, и т. д.». На счет «10» все замирают на несколько секунд до сигнала взрослого, после чего меняются карточками и повторяют упражнение.

***6.Игра «Морские волны»***

Игра направлена на развитие способности переключать внимание с одного вида деятельности на другой, снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Это упражнение особенно рекомендуется для снятия напряжения в классе.

По команде «Штиль!» все дети замирают. По команде «Волны» дети по очереди встают – сначала те, кто сидит за первыми партами, через 2–3 секунды поднимаются сидящие за вторыми и т. д. Когда очередь доходит до последних парт, все дети вместе хлопают в ладоши, после чего садятся в той же последовательности, начиная с первых парт. По команде «Шторм» упражнение выполняется в быстром темпе – дети не ждут 2–3 секунды, а быстро встают друг за другом и так же быстро садятся. Закончить игру надо командой «Штиль».

При занятиях в группе дети сидят на стульях, выстроенных в колонну, один за другим.

Список литературы:

1. Кащенко В.П. «Педагогическая коррекция исправления недостатков характера у детей и подростков». Пособие для студентов средних и высших педагогических учебных заведений – М., Издательский центр (Академия) 2000 с. 304.
2. Миславский, Ю.А. Саморегуляция и творческая активность личности [Текст] / Ю.А. Миславский. – М.: Знание, 2005. – 363 с.
3. Психологический тренинг с подростками/ Л.Ф. Анн. - СПб.: Питер, 2003. – 271 с.: ил. – (Серия «Эффективный тренинг»).
4. Справочник по групповой психокоррекции/ О.Н. Истратова, Т.В. Эксакусто. – Изд. 3 – е. - Ростов н/Д: Феникс, 2011. – 443, [1] с. – (Справочник).
5. Селиванов, В.И. Волевая регуляция активности личности // Психол. Журнал [Текст] / В.И. Селиванов. – М.: Наука, 2005. – Т.3. №4.
6. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. – М., 2002.

Список интернет-источников

1. <http://psylist.net/praktikum/00241.htm>
2. <http://www.vashpsixolog.ru/primary-school-age/37-personal-development7/1938-samoregulyacziya-rebenka-diagnostika-i-korrekcziya?start=3>
3. <http://dodiplom.ru/ready/110035>
4. <http://easyen.ru/load/metodika/stati/formirovanie_volevoj_samoreguljacii_u_mladshikh_shkolnikov/308-1-0-39119>