

*Исраилова Рахат Эрмековна*

студентка

Институт образования и социальных наук

ФГАОУ ВО «Северо-Кавказский федеральный университет»

г. Ставрополь, Ставропольский край

## **РОЛЬ ИГР В САМОРЕГУЛЯЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

*Аннотация:* данная статья посвящена роли игр в саморегуляции поведения детей дошкольного возраста.

*Ключевые слова:* игры, поведение, дошкольный возраст.

Дошкольный возраст является одним из важных периодов развития психики и личности ребенка. Дошкольный возраст охватывает период развития детей от 3 до 6–7 лет. Этот период является сенситивным для развития многих человеческих способностей, усвоения знаний и умений. Ведущим видом деятельности в дошкольный период является игра [1].

Диона Хили ведущий автор и доктор из отделения психологии говорит, что саморегуляция – это ключевой навык раннего развития, который предсказывает широкий спектр жизненных результатов.

Саморегуляция необходима для готовности к школе и успеха, так как вы должны уметь сидеть спокойно, не выбалтывать ответы, настойчиво выполнять задания, справляться с разочарованиями и давать и брать в социальных отношениях [2].

«Мы также знаем, что ранние навыки саморегуляции предсказывают результаты взрослых. Исследование Диона Хили показало, что плохие навыки саморегуляции в возрасте трех лет предсказывают широкий спектр неблагоприятных результатов для взрослых, включая более высокие показатели тюремного заключения, более плохое физическое здоровье, более высокий уровень безработицы и психические проблемы. Поэтому, если мы сможем найти способы улучшить саморегуляцию дошкольников, мы сможем изменить траекторию жизненного пути для многих людей», – говорит Д. Хили [2].

Число дошкольников с поведенческими трудностями (включая гиперактивность, невнимательность и агрессию) растет, однако современные методы лечения, включая медикаментозное лечение, имеют свои ограничения и не являются эффективными для всех детей.

Программа позитивного воспитания работает над улучшением саморегуляции, обеспечивая четкие и логические последствия для руководства поведением, и использует такие методы, как тихое время и тайм-аут, чтобы дать детям пространство для самоуспокоения.

Дети учатся саморегуляции через игру. В структурированных играх им нужно ждать своей очереди, планировать свой следующий ход, сосредоточиться на мяче и управлять разочарованием, когда все идет не так, как они говорят, по словам Д. Хили.

Программа «Улучшение поведения с помощью игр и упражнений» включает родителей, играющих в ряд общих игр со своими детьми структурированным способом, в течение 30 минут в день. Игры могут включать в себя головоломки, музыкальные статуи, хмель скотч, блоки и скакалку.

В исследовании приняли участие 60 семей с детьми в возрасте от трех до четырех лет, которые были рандомизированы для прохождения процедуры «тройной Р» или участия в интервенции в течение восьми недель с последующим наблюдением через 12 месяцев.

В целом, было установлено, что программа «Улучшение поведения с помощью игр и упражнений» столь же эффективен в улучшении поведения детей, как и программа снижение гиперактивности, невнимательности и агрессии, в пределах типичного диапазона для их возраста, было очевидным после вмешательства и сохранялось в течение 12 месяцев после этого, согласно родительским отчетам.

«Наши результаты показывают, что родители, проводящие регулярные индивидуальные игры со своими маленькими детьми, оказывают такое же положительное влияние на поведение детей, как и использование методов управления поведением, которые имеют долгую историю эффективности в управлении поведением детей. С программой «Улучшение поведения с помощью игр и

упражнений» у нас теперь есть дополнительный вариант лечения для маленьких детей из группы риска, который является приятным, недорогим, легко доступным и связан с долгосрочным поддержанием лечения. Хорошо иметь выбор одинаково эффективных вариантов, так как то, что хорошо работает для одной семьи, может не работать так же хорошо для другой», – говорит Д. Хили [2].

Примером программы в действии является игра под названием «Скорость животных». Дети занимались различными видами деятельности – например, танцевали или двигались по комнате с разной скоростью, в зависимости от того, какое животное называлось. Режим гепарда был быстрым, режим жирафа был умеренной скоростью, а режим черепахи был очень медленным.

Далее, родители могли просто сказать «черепаший режим», когда хотели, чтобы их ребенок замедлился, ребенок замедлялся. Они обнаружили, что это работает очень хорошо и помогает управлять поведением своего ребенка очень эффективно, в то время как в прошлом они постоянно говорили своему ребенку замедляться без успеха.

### ***Список литературы***

1. Соколова Н.М. Развитие психических процессов в дошкольном возрасте [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2014/11/25/razvitie-psikhicheskikh-protseessov-v-doshkolnom>
2. Dione Healey, Matthew Healey. Randomized Controlled Trial comparing the effectiveness of structured-play (ENGAGE) and behavior management (TRIPLE P) in reducing problem behaviors in preschoolers. Scientific Reports. – 2019. – 9. URL: <https://www.sciencedaily.com/releases/2019/03/190321102838.htm>