



ДЛЯ ВАС, РОДИТЕЛИ!

**Игротека по
формированию
регулятивных УУД
у детей старшего
дошкольного
возраста**



Регулятивные УУД

➤ Целеполагание – умение сохранять заданную цель;

➤ Планирование – умение планировать свое действие в соответствии с конкретной задачей;

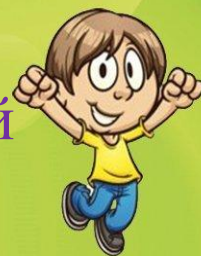
➤ Прогнозирование – умение видеть результат своей деятельности;

➤ Контроль – умение контролировать свою деятельность

➤ по результату деятельности и по процессу;

➤ Коррекция – умение видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого;

➤ Оценка – умение оценивать правильность выбранного действия или поступка, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника.



Используя средства ФК, можно научить дошкольника:

- видеть проблему (не может получить золотой значок ГТО);
- ставить перед собой цель для ее разрешения (развить физическое качество гибкость);
- планировать свою дальнейшую деятельность (записаться в спортивную секцию, составить и выполнять комплекс упражнений, найти единомышленника);
- организовывать своё время (не успеет сделать домашнее задание - не пустят на спортивную секцию);
- проводить самоанализ и рефлекссию (динамики результатов, самочувствия, настроения);
- проектированию (выполнять мини-исследования)



Игра «Замок»

Цель: развитие волевой саморегуляции

Игровые действия:

Скрестить руки ладонями друг к другу, сцепить пальцы в замок. Двигать тем пальцем, на который укажет взрослый.

Палец должен двигаться точно и чётко.

Прикасаться к другим пальцам нельзя.

В упражнении должны

последовательно участвовать все

пальцы обеих рук. В дальнейшем дети

могут выполнять упражнение в парах.



Игра «Запрещённое движение»

Цель: развитие быстроты реакции и умения действовать по заданному правилу.

Игровые действия:

Ребёнок стоит лицом к взрослому. Под музыку с началом каждого такта все повторяют движения, которые показывает взрослый. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнить. Тот, кто повторит запрещённое движение, выходит из игры.



Игра

«Кричалки-шепталки-молчанки»

Цель: развитие умения сохранять заданную цель

Игровые действия:

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 - молчанка - все дети замирают на месте и молчат.



Игра «Слушай хлопки»

Цель: развитие умения планировать и контролировать свои действия

Игровые действия:

До начала игры с ребёнком обсуждается, какую позу животного будут они изображать, и на какое количество хлопков.

Например: 1 хлопок – поза аиста, 2 хлопка – поза лягушки, 3 хлопка – возобновляют движение.



Игра «Школа мяча»

Цель: развитие умения работать по словесной инструкции взрослого

Игровые действия:

Ребёнок выполняет задания по инструкции взрослого:

- подбрось и поймай мяч (20 раз);
- ловля с поворотом вокруг себя; (20 раз),
- ловля с хлопком; (20 раз),
- отбивание мяча о стену (20 раз),
- введение мяча, перемещаясь в пространстве – по прямой, вправо, влево (20 раз).



Игра «Гол в ворота»

Цель: развитие умения самостоятельно определять способ действия с малым мячом для решения поставленной задачи

Игровые действия:

Ребёнку предлагается на выбор забить мяч в ворота одним из способов – клюшкой или ногой.



Игра «Найди клад»

Цель: развитие умения выполнять свои действия по схеме.

Игровые действия:

Спрячьте в квартире 10-15 вещей вместе с записками, в которых будет зашифрована подсказка о следующем месте «клада».

Если развить мысль более фантазийно, то можно нарисовать целую карту «острова сокровищ», и тогда занятость ребёнка часа на два обеспечена. Не хотите рисовать, тогда ведите ребёнка к цели подсказками «горячо-холодно».



Игра «Кто больше»

Цель: развитие волевых качеств и умений владеть своим телом

Игровые действия:

Дети по очереди прыгают через короткую скакалку а взрослый считает прыжки до первой ошибки. А потом наоборот, взрослые прыгают, а дети считают:

- прыжки на двух ногах (классические);
- прыжки на двух ногах скрестно;
- прыжки на двух ногах смешанные;
- прыжки на одной ноге;
- прыжки с попеременной сменой ног;
- прыжки с ускорением и замедлением темпа;
- прыжки на месте и с продвижением вперед.

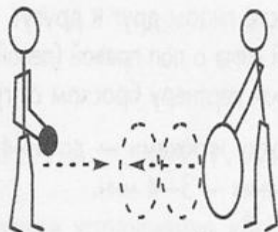


Игра «Меткий стрелок»

Цель: развитие концентрации внимания

Игровые действия:

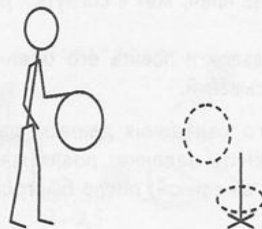
Игровое упражнение «Движущаяся цель»



Взрослый прокатывает обруч на расстоянии 2—3 м от ребенка. Ребенок бросает мяч в движущийся обруч любым известным ему способом.

◇ При успешном выполнении упражнения с предложенного расстояния взрослый его увеличивает.

Игра «Кольцеброс»



И. п.: туловище слегка наклонено вперед. Правая (левая) рука, держащая кольцо, полусогнута. Левая (правая) нога отведена назад.

Во время броска рука, набрасывающая кольцо, полностью выпрямляется.

◇ Расстояние до колышка — 1,5—2 м. При успешном выполнении упражнения расстояние можно увеличивать.



Игра «Светофор»

Цель: развитие концентрации внимания и ловкости

Правила:

В комнате разложите 3 цветных обруча (красный, желтый и зеленый). Взрослый говорит: «Ты, будешь ездить по комнате, но обращая внимание

на цвет круга, который буду показывать вам. Красный – дороги нет, останавливаетесь.

Жёлтый цвет – приготовиться, заводи мотор, готовься к движению.

А зелёный говорит – можно ехать, путь открыт.

Продолжаете свой путь»



Игра «Охотник и заяц»

Цель: развитие внимания, умения работать по словесной инструкции

Игровые действия:

По считалке выбирается водящий (охотник).

Охотник обходит площадку (комнату) и делает вид, что ищет зайцев, потом идёт на свое место. На слова:

«Зайчик прыг-скок, прыг-скок

В зелёный лесок»

Заяц выходит на лужок и прыгает.

На слово: «Охотник» заяц бежит к своему жилищу, а охотник целится и бросает мяч. И если охотник попал, то играющие меняются местами.



Игра «Кукла»

Цель: чувствовать своё тело, расслаблять и напрягать отдельные его части

Игровые действия: ребёнок – это сдувшаяся кукла. Он полностью расслабленный сидит на стуле, руки свисают вдоль туловища. Родитель – насос – приставляет палец одной руки к кукле, а второй к своему рту. И начинает надувать куклу. При этом ребёнок начинает надуваться. Вдруг насос отсоединяется- и кукла снова сдувается, может даже начинать летать по квартире, как сдувшийся шарик. Игра повторяется несколько раз.



Игра «Четыре стихии»

Цель: развитие мышления, быстроты реакции.

Игровые действия: Взрослый и ребёнок становятся на расстоянии 1,5 – 2 м друг от друга. В руках у взрослого мяч. Он объясняет ребёнку, что четыре стихии – это земля, вода, воздух и огонь; на земле живут звери, в воде – рыбы, в воздухе – птицы, в огне не живёт никто.

Взрослый бросает ребёнку мяч и произносит, например слово «земля». Ребёнок сразу же кидает мяч обратно и называет какого-либо зверя, например зайца. Если взрослый скажет огонь и бросит ребёнку мяч, то его ловить нельзя, от мяча нужно увернуться.

1) Мама кидает ребёнку мяч несколько раз подряд (3-5), постепенно ускоряя темп.

2) Если ребёнок даст неправильный ответ или затруднится с ответом, то они с мамой меняются ролями. (и наоборот).

3) По мере овладения правилами игры первый водящий выбирается по считалки.

