



67

додатків
з іграми

**Вчимо дитину
діяти
довільно**



Спільно



ВГО «Асоціація працівників
дошкільної освіти»

Цей посібник розроблено в межах проєкту ЮНІСЕФ «Забезпечення безперервності навчання та розвитку дітей дошкільного віку в умовах кризи в Україні», який реалізує ВГО «Асоціація працівників дошкільної освіти» за підтримки Міністерства освіти і науки України, Українського інституту розвитку освіти. Думки, висловлені в публікаціях, не обов'язково відображають політику та погляди ЮНІСЕФ.

У посібнику розкрито, як розвинути у шестирічки довільну регуляцію. Вона є необхідною умовою її готовності до навчання у школі. Крім рекомендацій, у посібнику наведено приклади ігор, ігрових вправ і завдань. А також — 67 додатків з іграми, які можна скачати та використовувати в роботі з дітьми. Посібник стане у пригоді не лише вихователям, психологам закладів дошкільної освіти, а й також батьками шестирічок.

Авторка: Людмила Соловійова, старший науковий співробітник лабораторії психології дошкільника Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, канд. психол. наук

Редакторки: Ганна Мозирко, Вікторія Третяк, Олена Філоненко

Зміст

Слово до читача	4
Діяти довільно — як це?	6
Як у дитини розвинути вміння працювати за зразком	8
Ігри та ігрові завдання:	
Лабіринти	10
«Домалюй...»	12
Розрізні картинки	14
Рухливі ігри	15
Як навчити дитину діяти за інструкцією, дотримуватися правил	17
Ігри та вправи:	
Малювання за умовами	20
Чорне, біле не беріть, «так» і «ні» не говоріть	26
Так чи ні	27
Рухливі ігри	28
Чи завжди слід допомагати дитині	33
Використані джерела	36

Слово до читача

Шановні дорослі — педагоги і батьки шестирічок! Сьогодні діти старшого дошкільного віку, які з різних причин не відвідували заклади дошкільної освіти, мають змогу отримати дошкільну освіту у змішаному форматі завдяки проєкту Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) «Забезпечення безперервності навчання та розвитку дітей дошкільного віку в умовах кризи в Україні». Його реалізує ВГО «Асоціація працівників дошкільної освіти» за підтримки Міністерства освіти і науки України й Українського інституту розвитку освіти. У результаті освітньої взаємодії діти набудуть компетентностей у різних сферах життєдіяльності відповідно до вимог Державного стандарту дошкільної освіти.

Основою ключових компетентностей дитини старшого дошкільного віку поряд із цінностями та знаннями є вміння, навички та здатність дитини скористатися ними, щоб досягти важливих цілей в будь-яких життєвих ситуаціях.

Одним з таких наскрізних вмінь, що характеризує можливості дитини активно реалізувати набутий досвід у діяльності, є вміння діяти довільно та керувати собою — здатність опановувати емоції, свідомо регулювати (гальмувати чи посилювати) свою активність і мобілізувати зусилля, щоб здійснювати власні задуми, долати труднощі й успішно реалізувати поставлені завдання.

Шестирічна дитина вже спроможна до певного самовладання і витримки, а саме:

- утримуватися від небажаних дій, виявляти терпіння та витримувати дискомфорт, якщо вона діє за попередньою домовленістю з дорослим, ігровим правилом чи етичною нормою;
- уміє уважно слухати дорослого, сприймати і запам'ятовувати його пояснення до завдання та керуватися цими вказівками під час своєї діяльності;
- уміє самостійно виконувати завдання за наданим зразком;
- сприймає труднощі та намагається наполегливо їх долати сама чи з підтримкою дорослого.

Ці вміння гарантують, що дитина легко та впевнено увійде у шкільне життя, освоїть нову для неї роль учня та оволодіє новою навчальною діяльністю. Ця успішність визначається сформованим у дитини в дошкільний період вмінням довільно регулювати свої дії. Саме це вміння допоможе першокласнику дотримуватися шкільних правил, ставитися до навчання відповідально як до серйозної справи: всидіти за партою протягом уроку, уважно слухати вчителя, не відволікатися, сприймати його завдання з першого разу та самостійно їх виконувати.

Тож, щоб труднощів у школі було менше, слід розвивати в дитини старшого дошкільного віку здатність до довільної регуляції своїх дій. Як це зробити в цікавій для дитини формі, ви дізнаєтеся з цього посібника. Розвивальні ігри та завдання, запропоновані в ньому, можуть використовувати як педагоги під час очних занять із дітьми, так і батьки вдома під час ігрової взаємодії зі своєю дитиною.

З повагою

Людмила Соловйова, старший науковий співробітник лабораторії психології дошкільника Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, канд. психол. наук

Діяти довільно — як це?

У широкому сенсі вміння діяти довільно означає, що дитина здатна виявляти активність із власної волі, тобто вільно й незалежно від зовнішніх обставин, керуючись своїми бажаннями. Довільність передбачає, що у дитини розвинене вміння володіти собою, тобто управляти своєю активністю та регулювати її, а саме: організовувати, спрямовувати, упорядковувати свої емоційні переживання, відповідні рухи, деякі дії, поведінку загалом і підтримувати ефективний перебіг діяльності.

Довільна дія зумовлена дитячим бажанням, підпорядкована меті та спрямована на досягнення конкретного результату.

Рівень усвідомленості мотиву, способу дії, мети та її реалізації, тобто розуміння дитиною того, що вона робитиме, навіщо і як, впливає на ступінь цілеспрямованості, активності та стійкості її поведінки для успішного завершення конкретної дії чи усієї діяльності. Цим довільна дія відрізняється від мимовільної — ситуативної та нестійкої. Перебігом мимовільної дії керує не дитина, а зовнішня ситуація чи предмет, що наче магніт притягують дитячу увагу, та спонтанні, недостатньо свідомі бажання, які вона прагне негайно реалізувати.

Прикладом мимовільної дії є ситуація, коли дитина бачить якусь іграшку в магазині та з криком «Купи!» категорично вимагає в батьків її негайно придбати.

Дитина поводитьься так, бо їй властиві:

- відносна слабкість гальмівного механізму в корі головного мозку;
- переважання процесу збудження;
- широка іррадіація* нервових процесів.

* Іррадіація — це поширення нервового процесу з місця, де він виник, на навколишні нервові центри.

Така поведінка притаманна здебільшого дітям раннього і молодшого дошкільного віку. У чотири- чи п'ятирічному віці ці процеси поступово врівноважуються, оскільки дитина набуває певного практичного досвіду та можливості випробувати безліч варіантів дій, навчається обирати між ними. Дитина стає спроможною певною мірою володіти собою, стримувати свої бажання.

Дошкільник діє довільно відповідно до поставленої мети (як образу результату), реалізація якої розтягнута в часі. Що віддаленіша мета і що більше проміжних етапів, щоб її досягти, то досконалішими вміннями має володіти дитина, щоб зберегти ясність мети протягом усього шляху її досягнення, а також підпорядкувати та вибудувати свої дії відповідно до задумів. Дитина набуває вміння діяти цілеспрямовано поступово: спочатку приймає цілі, які ставить перед нею дорослий, та з його підтримкою вчиться їх досягати. У подальшому, маючи певний досвід, вона може не лише орієнтувати свої дії на цілі, поставлені самостійно, а й успішно реалізувати свої задуми.

Найкращі умови для розвитку вміння діяти довільно створює ситуація гри, в яку дитина занурюється за власною згодою, без примусу. Під час гри вона розвивається природно, легко, на позитивному емоційному тлі.

Якщо дитина демонструє під час гри довільну поведінку, вона згодом може проявляти цілеспрямованість, наполегливість та витримку і під час інших видів діяльності, зокрема і навчальної.

Формами прояву дитиною довільних дій є цілеспрямовані дії за зразком та цілеспрямовані дії за словесною інструкцією. Для розвитку довільної регуляції дитину слід вправляти у цілеспрямованих засобах дій. Здатність шестирічки виконувати такі дії — важлива умова готовності до шкільного навчання.

Як у дитини розвинути вміння діяти за зразком

Першою формою прояву цілеспрямованої поведінки дитини є те, що вона здатна свідомо наслідувати будь-які рухи, дії (людей, тварин), повторювати за зразком. Тому потрібно будувати для дитини завдання за принципом «роби так само». Вони потребуватимуть її напруженої уваги, чіткого сприймання й адекватного відтворення. Зразок дає змогу дитині одразу вносити корективи у власне виконання.

Щоб розвивати вміння відтворювати дії за зразком (рух, малюнок, візерунок, споруда, скульптура), потрібно цілеспрямовано навчати дитину свідомо керувати своїми пізнавальними процесами, а саме сприйманням, увагою, пам'яттю, мисленням:

- розглядати зразок послідовно й уважно — аналізувати та співвідносити його елементи, їх колір, форму, розмір, розташування у просторі;
- запам'ятовувати ці ознаки та утримувати зразок у пам'яті до завершення діяльності;
- виконувати завдання й коригувати свої дії відповідно до них — співвідносити окремі деталі чи елементи з цілим предметом або його зображенням за допомогою не хаотичних, а цілеспрямованих спроб.

Слід правильно організувати обстеження зразка. Щоб у свідомості дитини сформувався повний образ предмета, потрібно залучити максимальну кількість аналізаторів.

Ставте дитині навідні запитання, наприклад: «Уважно розглянь зразок. З яких елементів його утворено? Де розташовані ці елементи? Якого вони кольору? Якої форми? Якого розміру? Обведи їх пальчиком».

Детальне обстеження дасть змогу дитині створити чіткий образ предмета, ліпше запам'ятати його, а відтак і відтворити.

Коли дитина детально обстежить зразок, попросіть її повторити завдання вголос, описати послідовність дій та оцінити, чи правильно вона його відтворила.

Сигналом для дорослого про те, що потрібно приділити додаткову увагу вдосконаленню вміння дитини діяти за зразком, є така її поведінка:

- їй складно аналізувати зразок;
- під час самостійного аналізування схоплює зразок одразу, не аналізуючи його;
- під час виконання завдання звертається до зразка лише в разі утруднень чи не користується ним, наприклад під час складання розрізної картинки перебирає її деталі та маніпулює ними, хаотично з'єднує їх, не бачить недоречних поєднань, часто не помічає і вдалих, руйнує їх, робить багато зайвих необдуманих спроб;
- відтворюючи зразок, порушує співвідношення елементів за формою, величиною, кольором, розташуванням у просторі, наприклад, продовжуючи візерунок, робить помилки в чергуванні елементів або пропускає якийсь із них, відступає від нього, виправляє помилки після того, як дорослий вкаже на них або взагалі не бачить їх та не виправляє, лишає роботу незавершеною;
- шукаючи шлях у лабіринті, швидко й хаотично розглядає малюнок, не виділяє опорних точок, перестрибує з однієї лінії на іншу;
- при перших труднощах одразу звертається по допомогу, пасивно на неї очікує; потребує постійної допомоги дорослого; у разі невдачі відмовляється від завдання;
- порушує правила гри — рухи не відповідають зразку.

Щоб сформувати в дитини вміння діяти за зразком, використовуйте ігри та ігрові завдання, в яких необхідно чітко наслідувати зразок, щоб досягти успішного результату. Методику використання цих ігор та ігрових завдань, наведено на [с. 10—17](#). Також зможете скачати їх зразки, перейшовши за посиланням.



Лабіринти

Навчитися довільно скеровувати свої внутрішні дії (пізнавальні психічні процеси) дитині допоможуть ігри-лабіринти, в яких необхідно знайти правильний шлях, щоб, наприклад, допомогти героям дістатися бажаного, дійти до цілі. Під час розв'язання лабіринтів у шестирічки загострюється увага, організовується сприймання, спрямовуються мисленнєві дії на виконання завдання, тренується витримка.

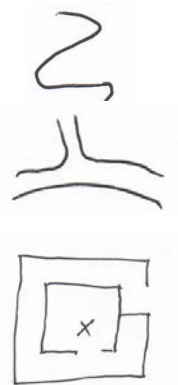
Учіть дитину дотримуватися правил проходження лабіринту:

- послідовно від початку до кінця переглядати кожну лінію чи доріжку, щоб дістатися цілі;
- не перетинати доріжку, якщо потрапить у безвихідь чи натрапить на перешкоду, а повертатися назад до перехрестя й шукати інший шлях, досі не випробуваний.

Свій шлях лініями лабіринту дитина відстежує за допомогою указки, пальчика.

У роботі з шестирічками використовуйте різні за складністю лабіринти. Пропонуйте їх дитині в такій послідовності:

- 1.** Нескладні, у яких необхідно по лінії вийти до цілі
- 2.** Середньої складності, у яких із кількох ліній необхідно обрати потрібну та пройти нею
- 3.** Складні, утворені з переплетених ліній, чи такі, проходження яких передбачає виконання певної умови або правила. Переходьте до них лише після того, як дитина справлятиметься з лабіринтами перших двох видів





Якщо пропонуєте дитині гру-лабіринт уперше, то разом з нею детально розгляньте сюжетну картинку, визначте, що на ній відбувається, познайомтеся з головними героями. Відтак озвучте дитині завдання та чітко сформулюйте правила. Перший раз можете пройти лабіринт самі, демонструючи дитині, як це потрібно робити, а потім запропонуйте їй повторити цей шлях. Наступного разу перед виконанням нового завдання обов'язково попросіть дитину пригадати правила, якщо потрібно, то допоможіть відтворити їх.

У додатках наведено такі ігри-лабіринти:

1. Журавель йде на гостини до лисички. Пройди з ним цей шлях [12].
2. Допоможи зайцям доставити свого друга до лікаря [12].
3. Проведи Свинку Пепу до друзів на галявину [12].
4. Проведи жабку до ставка [12].
5. Пройди із зайчиком до його батьків [12].
6. Допоможи мишці пройти до сиру, не зіткнувшись із кішкою [12].
7. Розкажи, що впіймало кожне звірятко [12].
8. Проведи каченя до його сім'ї [12].
9. Допоможи мавпочці дістати банани [12].
10. З'ясуй, що потрібно кожному песику [12].
11. Допоможи русалоньці знайти перлину [12].
12. Допоможи ведмедику знайти шлях до меду, уникаючи бджілок [12].
13. Допоможи бджілці знайти правильну дорогу до квіточки [12].
14. Допоможи песику повернутися з парку додому [12].

СКАЧАТИ ДОДАТКИ



«Домалюй...»

Щоб виконати цей тип завдань, дитина повинна вміти:

- аналізувати зразок;
- визначати принцип побудови ряду на основі виділення його елементів;
- продовжувати ряд елементів;
- коригувати свої дії за зразком;
- виправляти помилки;
- доводити розпочату справу до кінця.

Елементи ряду чи візерунка, які використовують у таких завданнях, можуть чергуватися за формою, розташуванням у просторі, кольором. У загальному ряду має бути дві-три відмінності.

Дитина виконує завдання простим олівцем на аркуші у клітинку (0,5—1 см). Має гумку. Щоб ускладнити гру-завдання «Домалюй...», запропонуйте дитині продовжити візерунок з елементів, розташованих лише на лінії.

Уперше ознайомлюйте дитину із завданням за розширеною інструкцією. Наприклад, у грі «Сходинок» вона може бути такою: «Розглянь уважно сходинок. Назви, з яких елементів вони складаються? (Лінія на дві клітинки праворуч, лінія на клітинку вниз). Домалюй сходинок, повторюючи всі елементи». Коротка інструкція звучить так: «Продовжуй малювати сходинок до кінця рядка так, як на зразку».

Одним з варіантів ігор-завдань «Домалюй...» є завдання, у яких дитині необхідно по клітинках домалювати другу половину предмета, симетрично до зразка.



Наприклад:

- у грі-завданні «Домалюй будинок» дорослий пропонує дитині: «Допоможи художнику завершити будинок. Домалюй другу половину будинку, повторюючи всі елементи, як на зразку»;
- у грі-завданні «Вишні » інструкція така: «Домалюй вишню кольоровими олівцями так, як на зразку».

У додатках наведено такі ігри-завдання «Домалюй...»:

1. Сходинок [2].
2. Будинок.
3. Подушки [12].
4. Морозиво [12].
5. Яблука [12].
6. М'ячики [12].
7. Бантики [12].
8. Стрілочки [12].
9. Ялинка [12].
10. Морозиво [12].
11. Тюльпан [12].
12. Будинок [12].
13. Песик [12].
14. Тістечко [12].
15. Сонечко [12].
16. Кавун [12].
17. Вишня [12].
18. Птах [12].

СКАЧАТИ ДОДАТКИ



Розрізні картинки

Ігри-завдання на складання цілої картинки із частин за зразком дають змогу дитині сформувати вміння послідовно досягати поставленої мети. Спершу запропонуйте їй зібрати цілу картинку із 4—6 частин, потім із 7 чи 8, і, нарешті, з 10—14.

Важливо, щоб дитина засвоїла правильний спосіб виконання завдання. Спершу вона повинна уважно роздивитися цілу картинку та її частини, виокремити розпізнавальні ознаки кожної з частин, як одиниці порівняння (наприклад, певний елемент, колір, форма, розташування у просторі: ліва, права частинка, середина, верх, низ, верхній правий кут, нижній лівий тощо). Відтак, співвідносячи частини між собою та зі зразком, послідовно складати з них ціле зображення.

Коли дитина засвоїть спосіб розв'язання завдання, запропонуйте їй різні варіанти гри:

- перемістити частини двох, трьох картинок і скласти з них за зразком одну на вибір;
- прибрати зразок через деякий час після початку гри, щоб дитина склала картинку по пам'яті;
- запропонувати зібрати картинку незвичним способом: вказати (з'єднати лініями) олівцем на зразку місце знаходження окремих частин на цілому предметі.

У додатках наведено такі приклади розрізних картинок:

1. Абрикоси [12].
2. Груша [12].
3. Апельсини [12].
4. Редиска [12].
5. Ферма [12].
6. Морське узбережжя [12].
7. Казкові будинки [12].
8. Повітряна куля [12].
9. Тарілка [2].
10. Глечик [2].

[СКАЧАТИ ДОДАТКИ](#)



Рухливі ігри

Рухливі ігри, в яких дитина за зразком має наслідувати дії дорослого, сприяють тому, що в неї формується вміння володіти собою та своїми рухами. Успіх у грі забезпечує те, що дитина здатна зосереджувати увагу та швидко реагувати на зміну активностей. Також рухливі ігри розвивають у дитини розкутість і пластичність.

Щоб ускладнити гру, вводьте вимогу «робити навпаки», яка унеможливує пряме повторення зразка. Побудувати дії стає спеціальним завданням і до того ж непростим через розбіжність тієї дії, яку дитина має зробити, з тією, яку бачить.

«Мавпочка / Дзеркало»

Дорослий показує дитині різні рухи. Вона має їх повторити, як мавпочка чи відображення у дзеркалі. Виконувати дії потрібно якомога точніше.

Варіанти гри

1. Дорослий виконує вправу в парі з дитиною, а інші діти спостерігають за ними і кажуть «правильно чи неправильно», «встигає мавпочка чи ні» тощо.
2. Двоє дітей виконують вправу в парі, а третя дитина спостерігає і коментує правильність відтворення рухів. Потім діти міняються ролями.
3. Дитина зразу повторює за дорослим не один рух, а два чи три поспіль.

«Роби, як я»

Дитина повторює під музику танцювальні рухи, які показують казкові герої. Робити це слід якомога точніше.

Беріть у роботу [відеозапис гри](#).



«Не вірю своїм вухам»

Гра так називається, бо дитині потрібно уважно дивитися на дорослого й повторювати те, що він показує, а не те, що просить зробити. Наприклад, він каже «ніс», а торкається вуха. Що дитина має зробити? Торкнутися вуха.

Варіанти гри

1. Дорослий виконує вправу в парі з дитиною, а інші діти спостерігають за ними і кажуть «правильно» чи «неправильно».
2. Двоє дітей виконують вправу в парі, а третя дитина спостерігає та коментує правильність відтворення рухів. Потім діти міняються ролями.

«Замри»

Гра сприяє розвитку в дитини вміння регулювати свої рухи: змінювати за змістом, гальмувати й активізувати за сигналом, точно відтворювати дії за зразком.

Варіанти гри

1. Дитина виконує рухи за сигналом дорослого. На «замри» вона зупиняється і не рухається, а на «танцюй» виконує рухи під музику, які показує дорослий. Дитина має уважно слухати музику й слова дорослого, точно виконувати рухи за його сигналом.

Беріть у роботу відеозаписи цього варіанта гри:

- [перший приклад](#);
- [другий приклад](#).

2. Коли звучить музика, дитина помаленьку бігає в довільному напрямку. Щойно музика стихає, дитина також зупиняється і завмирає у тій позі, яку бачить на екрані чи на картинці. Дитина має уважно слухати музику, вчасно змінювати свої рухи, чітко повторювати жести на картинках.

Беріть у роботу [відеозапис цього варіанта гри](#).

Як навчити дитину діяти за інструкцією, дотримуватися правил

Дії за відтермінованою інструкцією є довільними, оскільки дитина осмислила їх і перекодувала в команду самій собі. Щоб виконати завдання, дитина має водночас уявити наступні дії та передбачити результат, тобто мобілізувати свою свідомість.

Дорослі здебільшого використовують:

- пряму команду: «Поклади іграшки на місце, а тепер іди одягайся на прогулянку»;
- попередню вказівку: «Коли пограєшся, покладеш іграшку на місце і збератимешся на прогулянку».

У таких ситуаціях діям дитини властивий різний ступінь довільності. За прямого наказу дорослий нав'язує дитині алгоритм дій, а за попередньої вказівки дитина сама його створює. Тож і ступінь довільності її дій вищий.

Часто дорослі не вчать дитину старшого дошкільного віку вибудовувати дії за попередніми інструкціями. Через це вона виконує всі завдання за прямими командами, як це роблять діти молодшого дошкільного віку. У такому разі в дитини не виникає потреба зберігати вказівки в пам'яті та дотримуватися їх. Їй не потрібно докладати зусиль, щоб упорядкувати свої дії, прислухатися до слів дорослого. Дитина сподівається на те, що дорослий ще раз пояснить завдання та, за потреби, підкаже. Втім, таку діяльність не можна вважати самостійною.

Розвиток довільної регуляції дій — одне з обов'язкових завдань програм розвитку дитини, якій виповнилося чотири з половиною роки.

Щоб розвивати вміння виконувати відтерміновану словесну інструкцію, що передує дії, наприклад дотримуватися правил гри або реалізувати свій задум, дорослі мають цілеспрямовано навчати дитину довільно регулювати свої дії, а саме:

- сприймати вказівки та правила;
- утримувати їх у пам'яті до завершення діяльності;
- уявляти кожну наступну дію та виконувати її;
- зіставляти отриманий результат з вимогою.

Приділяйте увагу тому, як дитина сприймає інструкцію. Перш ніж пояснювати те чи те завдання, сконцентруйте увагу дитини і лише після цього повідомляйте його зміст. Давайте чітку настанову на цілеспрямоване сприймання, запам'ятовування чи відтворення.

Щоб сформувані в дитини чітке уявлення про дії за інструкцією, виділяйте окремі її моменти інтонацією чи виразною паузою. Так відокремите мету від способів виконання дії. Не наповнюйте розповідь емоційними відступами, додатковими поясненнями чи вказівками.

Дитина має розпочинати виконувати завдання лише тоді, коли закінчите пояснювати та переконаєтеся, що вона зрозуміла його. Дитина має зрозуміти, що вказівки до завдання дорослий дає лише один раз і не повторюватиме їх. Це дасть вам змогу підсилити значення інструкції та зосередити увагу дитини на її сприйманні.

Скеруйте додаткову увагу на вдосконалення вміння дитини діяти за відтермінованою інструкцією, якщо під час діяльності:

- дитині складно дотримуватися інструкції, потрібно її неодноразово нагадувати;
- дитина взагалі не здатна виконувати відстрочену інструкцію — потрібні вказівки до кожного етапу виконання завдання;
- дитина, малюючи візерунок, робить помилки — кількість, порядок розташування елементів, їх колір чи форма не відповідають інструкції;

- дитина виправляє помилки після того, як дорослий вкаже на них, або не бачить їх і не виправляє;
- дитина при перших труднощах одразу звертається по допомогу, пасивно її очікує, потребує постійної допомоги, відмовляється виконувати завдання в разі невдачі;
- дитина порушує правила гри, її дії не відповідають інструкції.

Щоб сформувати в дитини вміння діяти за інструкцією, дотримуватися правил, використовуйте ігри та вправи, описані на [с. 21—25](#) та подані у додатках.



Вправи на малювання за умовами

Щоб виконати завдання, дитина має уважно вислухати дорослого, запам'ятати інструкцію, яка передбачає дві чи три умови (дії), та без додаткових пояснень і повторення в ході роботи послідовно просуватися до мети, самостійно коригувати отриманий результат за вимогою дорослого.

«Кружечки»

Використовуйте методичні прийоми, щоб навчити дитину діяти за інструкцією. Розглянемо один із них на прикладі вправи «Кружечки». Інструкція до неї така: «Намалюй в ряд шість кружечків. Другий і п'ятий розфарбуй червоним олівцем, а решту — синім».

Щоб виконати це завдання, дитина має вміти орієнтуватися на аркуші паперу й правильно використовувати його площину. Попросіть її сказати й показати на своєму аркуші, де вона збирається почати малювати. Дитина засвоє, що починати малювати треба завжди звернувши, з лівого боку аркуша.

Потім дитина має навчитися керуватися вказівкою, викликаючи в уяві певний образ. Наприклад, показати пальчиком по намальованих кружечках напрямок, який означає «лічити зліва направо». Пізніше потреба визначати пальцем напрямок зникає. Це робить око. Після слів «другий і п'ятий» попросіть дитину виділити ці кружечки на малюнку. Надалі вона робитиме це сама, поглядом виділяючи об'єкти, названі в інструкції. Так загальна вказівка перетворюється на серію послідовних вказівок та їх виконання. Ця деталізація наповнює конкретним змістом уявлення, що виникають при сприйманні вимоги.

Далі порадьте дитині спочатку зафарбувати червоним кольором потрібні кружечки, а всі інші синім. Пізніше такі поради будуть непотрібні. Коли дитина навчиться свідомо виконувати словесні вказівки, на стіл викладіть коробку з різнокольоровими олівцями, а не лише простий, червоний і синій, щоб ускладнити завдання.



Дитині потрібно буде вибрати певний колір у належний момент і визначити, яким олівцем розмалювати кружечки.

На завершення попросіть дитину повторити завдання і порівняти з ним свій малюнок, за потреби виправити помилки [1].

Варіанти гри

- Намалюй у ряд два лимони і три апельсини.
- Намалюй у ряд п'ять вишень: першу і останню вишню з плодоніжками й листочками, а інші тільки з плодоніжками.
- Намалюй у ряд шість листочків: два зелених, а інші жовті.
- Намалюй у ряд сім квіточок: друга і четверта жовті, а інші червоні.
- Намалюй у ряд сім грибочків: шапочки в першого та п'ятого коричневі, а в решти червоні.
- Намалюй у ряд шість повітряних кульок: другу і шосту овальної форми, а інші круглої. Розфарбуй усі по-різному, щоб не було двох схожих.
- Намалюй листок, а посередині листка чотири комахи-сонечка так, щоб одна повзла вгору, друга вниз, третя вліво, четверта вправо.
- Намалюй листок, посередині листка метелика. Вгорі над метеликом сонце, внизу грибок, справа листочок, зліва квітку.
- Обведи вісім клітинок і розфарбуй їх так, щоб було по дві однакових.
- Намалюй у ряд вісім кругів і розфарбуй їх так, щоб було по два однакових.

Пропонуйте дитині такі вправи в комплексі з іншими завданнями, об'єднуючи їх цікавим сюжетом. Для прикладу, в [додатках](#) 1, 2 подано завдання на теми «Білочка» та «Олівець» [2].



«Кораблик»

Запропонуйте дитині:

«Намалюй кораблик на морі. Він може бути таким, як ти захочеш, але обов'язково:

- вітрила повинні бути червоні;
- кораблик — білий;
- на березі за корабликом має рости дерево.

Крім цього, ти можеш намалювати все, що захочеш».

Після того як дитина намалює малюнок, його необхідно проаналізувати. Попросіть її розказати, що вона намалювала, пригадати, що та як треба було обов'язково намалювати. Запитайте, чи все вона виконала, чи нічого не забула? Похваліть дитину за уважність і вдалий малюнок.

«Графічний диктант»

Виконуючи цю вправу, шестирічка вчиться будувати свої дії за інструкцією дорослого в заданому темпі, бути уважною, пильною, посидючою. Дитина на аркуші паперу в клітинку (0,5—1 см) олівцем під диктовку дорослого креслить лінії, які в результаті утворюють візерунок чи фігуру. Обов'язково має гумку для того, щоб за потреби виправити помилку. За один раз дитина виконує одну вправу.

Знайомлячи дитину вперше з цим завданням, поясніть його так:

«Пропоную тобі погратися у мою гру. Ти згоден(-на)? Гра називається «Шлях до чарівної скриньки». Намалюймо разом цей шлях. Спочатку оберімо чим малюватимемо: олівцем простим чи кольоровим. Що ще тобі може знадобитися? (Гумка) Треба постаратися, щоб шлях був гарним й акуратними. Для цього уважно мене слухай і малюй так, як я буду говорити.

Я казатиму, на скільки клітинок і в яку сторону ти маєш провести лінію. Наступну лінію малюєш там, де закінчилася попередня. Нагадай, де в тебе права рука? Витягни її в сторону.



Куди вона вказала? (На двері, на вікно тощо) Коли я скажу, що потрібно провести лінію вправо, ти її проводиш до... (вибрати будь-який наочний орієнтир). Де ліва рука? Коли я скажу, що потрібно провести лінію вліво, згадай про руки (або будь-який орієнтир ліворуч).

Тепер пробуємо малювати шлях. Постав олівець на точку (аркуш у велику клітинку з точкою). Малюй, не відриваючи олівця від паперу: одна клітинка вниз (пауза), одна клітинка вправо (пауза), одна клітинка вгору (пауза), одна клітинка вправо (пауза), одна клітинка вниз (пауза). Далі продовжуй малювати такий самий візерунок сам(-а)».

Під час виконання завдання підбадьорюйте дитину, але не робіть жодних додаткових вказівок [3, с. 10]. Наступного разу пригадайте з дитиною, як треба діяти під час написання диктанту: куди поставити олівець, де починати кожну лінію, чи можна відривати олівець від паперу. Повторіть напрямки: вправо, вліво, вгору, вниз. Якщо завдання одночасно виконує підгрупа шестирічок, організуйте їхню діяльність так, щоб кожна дитина працювала самостійно та зосереджено, не відволікалася на інших дітей. Найменша похибка негативно впливає на результат усієї роботи.

Під час графічного диктанту дитина може малювати прості фігури. Скажіть: «Сьогодні малюватимемо фігуру на аркуші в клітинку так, як візерунки, пам'ятаєш? Але що це за фігура, я не скажу. Ти її побачиш, коли правильно виконаєш завдання: під час диктанту будеш уважно мене слухати й виконувати дії, які називатиму. Старайся, щоб лінії були рівні та красиві, тоді малюнок вийде чудовий. Говорити буду лише один раз. Постав олівець у точку. Почали...». Якщо дитина хоче, то після диктанту може розфарбувати готову фігуру.

Якщо дитині до вподоби такі завдання, то вона може сама створювати малюнки за клітинками, а потім разом із дорослими складати графічний диктант. Створені фігури мають складатися з коротких ліній, проведених вправо, вліво, вгору, вниз без діагоналей.



У додатках подано такі варіанти візерунків і фігур для графічних диктантів:

- | | |
|---------------------------------------|---------------------|
| 1. Візерунки для графічних диктантів. | 5. Слон [12]. |
| 2. Літак [12]. | 6. Робот [12]. |
| 3. Песик [12]. | 7. Котик [12]. |
| 4. Черепаха [12]. | 8. Жирафа [12]. |
| | 9. Парасолька [12]. |

[СКАЧАТИ ДОДАТКИ](#)

«Прикрась малюнок»

Попросіть дитину прикрасити зображений предмет, рослину чи тварину, а саме розфарбувати геометричні фігури тими кольорами, які показано на зразках. Решту малюнка розфарбувати за бажанням. Щоб ускладнити завдання, запропонуйте в деяких завданнях підрахувати та записати в таблицку кількість фігур різних видів.

У додатках наведено приклади таких завдань:

- | | |
|-------------------|-------------------|
| 1. Метелик [12]. | 5. Листочок [12]. |
| 2. Дерево [12]. | 6. Гриб [12]. |
| 3. Кораблик [12]. | 7. Пташка [12]. |
| 4. Квітка [12]. | 8. М'яч [12]. |

[СКАЧАТИ ДОДАТКИ](#)

«Зачарована картинка»

Перед дитиною стоїть завдання послідовно розмальовувати частинки картини відповідними кольорами і «відкрити» приховане на ній зображення. Ознайомте дитину з ігровим завданням так: «Перед тобою зачарована картинка. Спробуй стати чарівником. Кольорові олівці — твої помічники.



Поглянь, картинка розділена на багато фрагментів, у кожному фрагменті стоїть цифра. Які тут є цифри? Назви їх. Якщо на фрагменті малюнка написано цифру 1, то розмалюй його тим кольором, який є на кружечку із цифрою 1. Який це колір? А якими кольорами ти розмалюєш фрагменти з іншими цифрами? Кружечки під малюнком підказуватимуть тобі, яким кольором який фрагмент розмальовувати. Зрозуміло? Будь уважним(-ою), не поспішай і тоді перед тобою відкриється цікава картинка» [4].

На малюнку бажано розмальовувати всі фрагменти підряд, зліва направо і згори донизу. В одному з варіантів завдання під картинкою в кружечках написано цифри і назви кольорів. Запропонуйте дитині: «Розчаклуй зачаровану картинку. Пригадай, як це треба робити. Якщо можеш сам(-а), прочитай назви кольорів у кружечках із цифрами, або я тобі прочитаю. Розмалюй їх відповідними кольорами. Бажаю успіху в художньому чаклуванні».

У додатках подано такі приклади «Зачарованих картинок»:

1. Рибки [12].
2. Лисичка [12].
3. Черепаха [12].
4. Слоненя [4].
5. Квіти [4].
6. Жирафи [4].

СКАЧАТИ ДОДАТКИ



Чорне, біле не беріть, «так» і «ні» не говоріть

Скажіть дітям: «Нам надіслали сто гривень. Що хочете, те й купуйте, але чорне, біле не беріть, «так» і «ні» не говоріть!».

Після цього ставте дітям такі запитання, щоб хтось із них у відповідь вимовив одне із заборонених слів: чорний, білий, так, ні. Той, хто вимовив заборонене слово, на деякий час вибуває з гри.

Розмова може бути такою:

— Що продається в пекарні?

— Хліб.

— Який: білий чи чорний?

— М'який.

— А який хліб ти більше любиш: чорний або білий?

— Усякий.

Можна будувати бесіду з дитиною про те, що пов'язане з білим і чорним кольорами, наприклад про лікаря, ведмедя, яйце, хмаринку, лебедя, море, землю тощо [5].



Так чи ні

Викладіть на столі сім чи вісім предметів різного призначення: іграшки, предмети побуту, овочі, одяг. Відтак запропонуйте дітям: «Порадьтеся одне з одним і загадайте який-небудь предмет, але мені не кажіть. Я ставитиму різні запитання, щоб вгадати, який предмет ви загадали, а ви можете відповідати на них тільки «так» або «ні». Зрозуміли?».

Дайте дітям час загадати предмет. Потім запитайте їх, наприклад, таке:

- Цей предмет потрібний у господарстві?
- Його їдять?
- Його одягають на тіло?
- Він лежить посередині стола?
- Він лежить поруч із...?
- Він круглий?
- Він коричневий?

Дотримуйтеся певної логіки: від призначення предмета до його розташування й до з'ясування зовнішніх ознак. Лише після цього називайте відгадку [5].

Варіанти гри

1. Дорослий з дітьми міняються ролями: дорослий загадує предмет, а діти ставлять запитання.
2. Одна дитина загадує предмет, а решта за допомогою запитань шукають відгадку.



Рухливі ігри

Для шестирічки головне завданням під час гри — дотримуватися правил як узагальнених вимог до себе й інших учасників. Коли дитина дотримується правил гри, вона вчиться по-різному регулювати свою поведінку:

- активізувати рухи за сигналом;
- проявляти витримку;
- утримуватися від заборонених рухів;
- чергувати дії.

«Не вірю своїм очам»

Гра так називається, бо за її правилами дитині потрібно уважно слухати дорослого та повторювати те, що він просить робити, а не те, що показує. Кажете, наприклад: «Підними руки вгору», а торкаєтеся колін. Що дитині потрібно зробити? Підняти руки вгору.

Варіанти гри

1. Дорослий виконує вправу в парі з дитиною, а інші діти спостерігають за ними і кажуть «правильно» чи «неправильно».
2. Двоє дітей виконують вправу в парі, а третя дитина спостерігає і коментує правильність відтворення рухів; потім міняються ролями.

«Зробить той, хто...»

Дитина уважно слухає дорослого і виконує запропонований рух лише за однієї умови: тоді, коли те, про що каже дорослий, є правдою про дитину.



Запропонуйте дитині виконати такі рухи:

- Плесни в долоні той, хто має гарний настрій.
- Нахилися той, хто взутий.
- Підійми руки вгору той, хто сьогодні вже їв.
- Покрутися навколо себе та, хто у спідничці або сукні.
- Пострибай той, хто любить маму.
- Стань на носочки та, хто дівчинка.
- Присядь той, хто хлопчик.
- Підійми праву руку той, хто дитина.
- Підійми ліву руку той, хто ходить до дитсадка.
- Сховай ручки за спину той, у кого на одязі є червоний колір.
- Постав ручки на пояс той, у кого на одязі є синій колір.
- Постав ручки на плечі той, у кого на одязі є чорний колір.
- Обійміться один з одним ті, хто має друзів.

Візьміть у роботу [відеозапис гри](#)

«Заборонений рух»

Діти стають у коло, на відстані витягнутих у сторони рук одне від одного. Дорослий стає з ними і пропонує повторювати за ним усі рухи, за винятком «забороненого», який він сам установив. Наприклад, не можна ставити руки на пояс.

Дорослий виконує різні рухи, а діти повторюють за ним. Раптово він виконує «заборонений рух». Той з учасників гри, хто помилився, робить крок уперед або його штрафують. Штраф може бути таким: пострибати, як зайчик; промовити скоромовку; відгадати загадку та ін. [6]. Потім він продовжує грати.

Гра триває 5—6 хвилин, після чого дорослий називає дітей, які не припустилися жодної помилки. Дорослий стежить за тим, щоб гравці повторювали всі рухи, крім «забороненого».



«Сусіде, підніми руку!»

Діти стають або сідають у коло. За допомогою лічилки обирають ведучого, який стає в середину кола. Він спокійно ходить по колу, потім зупиняється навпроти одного з гравців і голосно вимовляє: «Сусіде, підніми руку!». Той гравець, до якого звернувся ведучий, продовжує стояти (сидіти), не змінюючи пози. Ведучий має зупинитися точно навпроти тієї дитини, до якої він звертається. А обидва його сусіди мають підняти вгору одну руку: сусід праворуч — ліву, а сусід ліворуч — праву, тобто ту руку, яка ближче до гравця, що між ними. Якщо хтось із дітей помилився, тобто підніс не ту руку або забув це зробити, він міняється з ведучим ролями [7].

«Сокіл і лисиця»

Лічилкою вибирають сокола та лисицю. Інші діти — соколята. Сокіл вчить соколят літати. Він бігає по майданчику й робить різні руки руками (вгору, в сторони, вниз, вперед). Соколята біжать за соколом, стежать за його рухами, намагаються точно їх повторити. У цей час із нори вискакує лисиця. Соколята швидко присідають, щоб лисиця їх не помітила. Лисиця з'являється тільки після сигналу ведучого і ловить лише тих, хто не присів. Піймане соколя на деякий час вибуває з гри [7].

«Ригу-рагу»

Це литовська гра. Перед початком дорослий пригадує з дітьми тварин, які мають роги. Він стоїть перед гравцями. У всіх пальці стиснуті в кулаки. Дорослий (ведучий) трясє перед собою руками, стиснутими в кулаки, і примовляє: «Ригу-рагу, клуню-рагу...». Потім висовує великі пальці, зображуючи роги, і називає, наприклад: «Коза з рогами» або «Будинок з рогами». Якщо дорослий назвав тварину з рогами, то всі повинні швидко так само показати роги. Якщо назвав тварину без рогів або предмет, то діти не показують пальцями роги. Той, хто помилився, міняється з ведучим ролями [8].



«Черепаха»

Усі діти стають біля стіни. Черепаха — дорослий. Він стає на відстані 4—5 м від дітей-черепашенят і повертається до них спиною. Коли ведучий відвернувся, діти дуже повільно йдуть до нього. Коли повертається до них обличчям, то завмирають.

Завдання: рухатися якомога повільніше. Стояти на місці не можна. Виграють ті діти, які дотрималися правил і прийшли до черепахи останніми [9].

«Рибки в акваріумі»

Дорослий роздає дітям паперові серветки, які вони кладуть собі на голови. Далі каже: «Діти, уявіть, що ви рибки, які живуть в акваріумі. Ви можете рухатися в будь-якому напрямку по кімнаті, але не торкатися одне одного. Під час руху серветки не повинні впасти з вашої голови. Якщо це трапиться, вам доведеться дочекатися, щоб хтось із ваших друзів допоміг вам підняти серветку з підлоги і покласти вам на голову» [9].

«Хлібець»

Це українська народна гра. Кожна дитина обирає собі пару. Пари шикуються в колону. Гравець без пари — хлібець. Він стоїть на відстані від інших гравців і вигукує:

- Печу-печу хлібець!
- А випечеш? — запитує остання пара.
- Випечу! — відповідає хлібець.
- А втечеш? — питають діти в парі.
- Подивлюся! — вигукує хлібець.

Після цих слів гравці з пари біжать по різних сторонах колони, щоб з'єднатися та стати попереду неї. Хлібець намагається піймати одного з них до того, як вони з'єднають руки. Якщо йому це вдасться, він разом з пійманим гравцем стає новою парою. Гравець, що залишається без пари, стає хлібцем. Гра повторюється [5].



«Слухаємо тишу»

Кожні кілька годин дорослий із дітьми влаштовують двохвилинну тишу. Одну дитину призначають головною: коли задзвонить будильник, вона подає іншим сигнал «Слухаємо тишу». Усі повинні зупинитися й завмерти. Рухатись і розмовляти не можна. Як мине дві хвилини після сигналу, «головна» дитина каже: «Продовжуємо гратися». Діти повертаються до своїх справ [10].

Чи завжди потрібно допомагати дитині

Допомагати дитині шестирічного віку під час її діяльності потрібно залежно від рівня розвитку її умінь. За потреби переходьте від незначної до суттєвої допомоги. Незначна допомога полягає в тому, що дорослий просить дитину повторити завдання, схвалює, заохочує та підбадьорює її, просить пояснити, чому вона так зробила. Така допомога зводиться до того, що дорослий ставить дитині навідні запитання, нагадує інструкцію, пропонує проаналізувати зразок чи дає одну пряму підказку. Якщо дорослий постійно підказує дитині, демонструє їй спосіб розв'язання фрагмента завдання, навчає її, а саме показує та пояснює дії, — це суттєва допомога.

Щоб дізнатися, чи розуміє дитина сенс своїх дій, запитуйте її під час роботи «Навіщо ти це робиш?». Під час аналізу процесу та отриманих результатів пропонуйте дитині порівняти її роботу зі зразком і виправити помилки за потреби. Якщо робота не відповідає зразку, попросіть дитину пояснити відмінності. І лише якщо дитина не помічає помилок, вкажіть на них і запропонуйте виправити.

Коли дитина виконує цілеспрямовані дії за словесною інструкцією чи зразком, тобто дотримується правил гри чи реалізує власний задум, стежте, щоб від початку до кінця діяльності вона мала чіткі уявлення:

- що хоче зробити;
- навіщо їй це потрібно;
- як вона це робитиме;
- якої послідовності дій дотримуватиметься;
- якого результату має досягти.

Адже, коли дитина розуміє те, що відбувається, вміє пояснити, це говорить про її можливість певним чином контролювати ситуацію: впливати на неї і змінювати відповідно до своїх потреб.

Щоб розвивати в дитини усвідомлення мотиву своїх дій (особистісного смислу), давайте їй можливість вибирати. Спеціально створюйте ситуації, які ставили б дитину перед необхідністю робити вибір та обґрунтовувати його. Найкращий засіб досягти цього — завдання чи справи, які мають для шестирічки найбільшу значимість, оскільки:

- вона сама вибирає види діяльності, якими хотіла б займатися у вільний час, засоби досягнення мети, матеріали, необхідні для цього;
- із запропонованих зразків для наслідування обирає ті, що найбільше подобаються.

Якщо дитина висловлює бажання зробити щось сама, обговоріть з нею її задум, створіть можливість вибору з багатьох варіантів. Ставте такі запитання: «Як ти хочеш і чому?», «Як ти вважаєш і чому?», «А чому ти так хочеш?», «Ти можеш із цим впоратися?», «А як можна інакше?», «А як буде краще?», «А як би я вчинила? Відгадай. А чому я б так зробила?».

Вправління дитини у виборі дає дитині змогу:

- усвідомлювати свої бажання чіткіше;
- приймати рішення;
- вчитися відповідати за свій вибір;
- розуміти наслідки своїх дій.

Тож, організовуючи з дитиною будь-яку практичну діяльність для вправління у діях за зразком чи інструкцією, завжди готуйте декілька варіантів завдань одного типу, щоб вона обрала саме те, яке їй сподобалося найбільше, наприклад візерунок для відтворення чи картинку для розфарбовування.

Усіляко підтримуйте бажання дитини доводити розпочату справу до кінця, долати труднощі на шляху до бажаної мети. За влучним висловом дитячого психолога Світлани Ройз, будь-яка справа, яку дитина робить самостійно, тренує в неї м'язи сили або м'язи страху та безпорадності [11].

Щоб тренувати м'язи сили, не робіть за дитину те, що вона може зробити сама. Не треба відразу підказувати дитині в тих ситуаціях, у яких вона може замислитися та самостійно виконати завдання. Інформація у вигляді сформульованої відповіді не стимулює ні процеси мислення, ні вольові зусилля.

Зона росту починається там, де дитині для досягнення мети потрібно подумати, напружитися, постаратися. Коли дитина каже: «Я не можу цього зробити», то відповідайте їй: «Подумаймо разом, як це зробити», «Скажи, як мені тобі допомогти, чи покажи, що я маю зробити». Роблячи якусь справу разом, обов'язково доручайте якусь частину дитині. Впоравшись зі справою, наголосіть на особистому внеску дитини у спільну справу. Але ніколи не відмовляйте у підтримці та допомозі, не залишайте наодинці з труднощами. Кажіть: «Я бачу, ти впорався(-лася). Я ні на хвилинку не сумнівався(-лася). Ти перевершив(-ла) мої очікування!». Для дитини дуже важливим є досвід перемог, утвердження у своїй силі, можливостях. Це підвищує її самооцінку, надихає та дає поштовх для цікавих пошуків і відкриттів, набуття нового досвіду.

Розвиток довільної регуляції — запорука та необхідна умова успішної навчальної діяльності майбутнього першокласника. Якщо вчасно не сформувати в дитини це вміння, то, найімовірніше, вона не захоче вчитися, їй швидко набридне ходити до школи й робити домашні завдання, дотримуватися шкільних правил.

Використані джерела

1. Завтра в школу. Заг. ред. В. К. Котирло. Київ : Рад. школа, 1977. 128 с.
2. Піроженко Т. О., Ладивір С. О., Карабаєва І. І., Гурковська Т. Л., Соловійова Л. І. Розвивальні ігри та вправи для дітей шостого року життя. Тернопіль : Мандрівець, 2017. 80 с.
3. Піроженко Т. О., Карабаєва І. І., Соловійова Л. І., Хартман О. Ю. [Інструментарій оцінювання готовності дитини старшого дошкільного віку до навчання в умовах реформування української школи](#) : метод. рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. 36 с.
4. Компанець Н. М. Зачаровані картинки, Частина 1. Київ: ЗАТ «Альтаір-Клас», 1995. 12 с.
5. [Дидактичні та рухливі ігри для розвитку діалогічного мовлення старших дошкільників із ЗНМ.](#)
6. [Рухливі ігри на орієнтування у просторі.](#)
7. [Ігри з розвитку довільної поведінки.](#)
8. [Ігри, що розвивають моторику дитини.](#)
9. [Практичний poradnik з формування вольових процесів у дітей дошкільного та шкільного віку.](#)
10. [Які тихі ігри можна запропонувати дитині.](#)
11. [Як додати сил дитині у посттравматичному зростанні: 10 практичних порад.](#)
12. Соціальний фотосервіс «[Pinterest](#)».
13. [Музична рухлива гра](#) «Роби, як я».
14. [Рухлива гра](#) «Замри».
15. [Рухлива гра](#) «Рухайся, замри!».
16. [Рухлива гра](#) «Замри».
17. [Рухлива гра](#) «Зробить той, хто ...».



ВГО «Асоціація працівників
дошкільної освіти»

2023