**Как научить ребенка проигрывать**

Как часто нас - родителей самых замечательных, любознательных, умных, спортивных, увлекающихся дошкольников удивляет, тревожит, заставляет задуматься поведение наших детей.

Эмоциональные реакции, слова и поступки мальчиков и девочек от 3 до 7 лет часто непредсказуемы, неожиданны или проявляются с силой, которая с нашей точки зрения не соответствуют причине. Нередко участие в таких дидактических и развивающих играх, как «Лото», «Отгадай загадку» и т.п. может закончиться потерей интереса к дальнейшему участию в играх со сверстниками и взрослыми. Слезы и бурные протестные реакции часто наблюдаются в ситуации неуспеха детей, проигрыша в соревнованиях, в подвижных и спортивных играх. При этом некоторые дети проявляют явную агрессивность по отношению к сверстникам, родителям, педагогам, тренерам и другим взрослым.

Поиск практических советов, рекомендаций по предупреждению и коррекции проблем в поведении нашего ребенка так же иногда «ставит в тупик». Ведь даже самые лучшие и авторитетные специалисты по детской психологии высказывают различные точки зрения.

**Давайте попробуем сначала найти ответ на вопрос: «Как влияет на ребенка участие в соревнованиях?»**

По мнению доктора психологических наук Елены Олеговны Смирновой необходимо отказаться от соревновательного начала в играх и занятиях дошкольников. Различные конкурсы, игры-соревнования, поединки и состязания весьма распространены и широко используются в практике дошкольного воспитания. Однако все эти игры, считает Елена Олеговна, направляют внимание ребенка на его собственные качества и достоинства, и тем самым порождают яркую демонстративность, конкурентность, ориентацию на оценку окружающих и в конечном итоге приводят к разобщенности со сверстниками. Именно поэтому для формирования доброжелательных отношений к сверстникам желательно исключить игры, содержащие соревновательные моменты и любые формы конкурентности.

Елена Олеговна Смирнова и ее коллеги советуют использовать игры, которые помогают детям пережить чувство общности друг с другом, и одновременно учат замечать достоинства и переживания сверстника. Главным результатом участия дошкольников в таких известных играх, как "Зеркало", "Испорченный телефон", любых других играх, где отрабатывается способность к согласованности движений, дети погружаются в общие для всех переживания, оказывают друг другу помощь и поддержку в "трудных" игровых ситуациях, выражают своё отношения к сверстнику через комплименты, добрые пожелания, подчеркивание достоинств другого ребенка будет формирование сочувствия, сопереживания, сорадования и содействия.

Авторы игровой программы заметили, что после участия в ней дети становятся внимательными к другому ребенку, замечают действия и настроения других, стремятся помочь и поддержать партнеров. Заметно снижается агрессивность многих проблемных детей, уменьшается число демонстративных реакций. После проведения данных игр дети начинают больше и лучше играть вместе и самостоятельно разрешать конфликты. Например, в игре «Почта» дети должны быть очень внимательными к действиям друг друга, ведь «письмо» должно быть получено каждым «жителем города» (фото 1).

А теперь познакомимся с точкой зрения другого не менее авторитетного ученого, доктора психологических и педагогических наук Александра Ильича Савенкова. Он считает, что в ходе соревнования ребенок формирует собственное представление о своих возможностях, самоутверждается, учится рисковать, выигрывать и, что особенно важно, — проигрывать, приобретает «опыт разумного авантюризма». Он подчеркивает, что особой воспитательной ценностью обладают проигрыши, не случайно в народе всегда «за одного битого двух небитых давали».

По мнению Александра Ильича у ребенка уже в дошкольном возрасте развивается так называемый «эмоциональный» или «социальный» интеллект, т.е. самомотивация, устойчивость к разочарованиям, контроль над эмоциональными вспышками, умение отказываться от удовольствий, регулирование настроения и умение не давать переживаниям заглушать способность думать, сопереживать и надеяться.

Автор книг и статей по проблемам детской одаренности предлагает задуматься: «Как скажется ограждение от соревнований на развитии социального интеллекта ребенка?» Ведь соревнование сопровождается мощным выплеском эмоций, страстями, страданиями, сильными чувствами. А понятие «успех», утверждает Александр Иванович, неизвестно тому, кто не переживал поражений, состояние эмоционального комфорта не может по достоинству оценить тот, кто хотя бы раз не переживал эмоциональный дискомфорт.

Подведем неутешительный итог – в науке единого мнения на место и роль соревнований в воспитании ребенка нет! А на практике ребенок и его семья должны быть готовы к тому, что в настоящее время у детей есть много возможностей «проверить свои силы». Можно поучаствовать в различных соревнованиях и турнирах в детском саду и потом в школе, в спортивных соревнованиях, если ребенок занимается спортом, а так же самых разных фестивалях и концертах, конкурсах талантов. И во многом результат зависит как от самого ребенка, так и от организаторов мероприятий, которые выявляют лучших и награждают победителей. При этом не всегда для проигравших детей находятся верные слова поддержки со стороны взрослых.

Попробуем рассмотреть проблему с другой стороны и ответить на следующий вопрос: **«Чему учить ребенка – всегда и во всем выигрывать или стойко принимать поражение?».**

В ответах на второй вопрос наблюдается большее единство. И ученые, и педагоги вместе с большинством родителей считают, что важно научить ребенка правильно и спокойно относиться к любому варианту развития событий – радоваться своему и чужому успеху, спокойно относиться к неудачам.

Рассмотрим несколько путей решения проблемы.

Нужно повышать самооценку ребенка через создание ситуаций успеха. Наиболее простым путем является подбор таких подвижных игр, в которых каждый ребенок может достаточно легко выиграть. При этом наилучшей игрой будет такая, в которой ребенок выигрывает не один, а как участник группы, команды. Ведь совместный успех радует, а совместный проигрыш не так ранит и тревожит.

В дальнейшем ребенка можно привлекать к более сложным вариантам игр, в которых победа «добывается с трудом» и выигрывает сильнейший. В этом случае очень важно заранее настроить дошкольника, что возможно твой соперник очень опытный, «сильный» участник состязаний, соревнований, и у него есть чему поучиться. И само участие в одной игре с ним уже многому может научить.

Очень важным является понимание ребенка, что не только результат важен для него, но и само дело является полезным и интересным. Например, в конкурсе «Рисунок на асфальте» главным результатом является удовольствие от процесса создания большого и красочного рисунка.

Важнейшим качеством личности и детей и взрослых является способность сопереживать. Но, так же важно уметь правильно реагировать на проявления сочувствия и поддержки со стороны других людей. При этом взрослым нужно внимательно наблюдать за внешними проявлениями эмоций детей, беседовать с ними о тех чувствах, которые возникают в процессе игр и занятий. Например, на фотографии (фото 2) одни девочки активно реагируют на действия мальчиков, а другие поглощены беседой. Почему? Так же попробуем предположить, чем вызвана радость одной из девочек? Она поддерживает мальчиков, радуется, что большинство сверстников смогли удержать мяч ногами или же, наоборот ликует, что один мальчик не удержал мяч и теперь у девочек есть возможность выполнить задание лучше? Для ответа на поставленный вопрос надо знать, чему учат детей в конкретной группе детского сада воспитатели и другие специалисты. В данном случае ситуация очень благоприятна для развития личности детей. В этой группе внимание мальчиков и девочек часто обращается на то, что важно помогать друг другу, быть внимательным к успехам всех детей группы и детского сада.

Но самым главным является формирование у детей умения контролировать свои эмоции и свое поведение. И взрослым и детям с трудностями помогают справляться саморегуляция и самоконтроль.

Саморегуляция - процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками. Например, можно научиться преодолевать негативные эмоции с помощью физических действий, способствующих спокойному состоянию: занять непринужденную позу, установить медленное и глубокое дыхание, расслабить мышцы тела и лица. По мнению кандидата психологических наук Елены Евгеньевны Алексеевой одной из интересных и доступных методик обучения саморегуляции является «Тренировка по Джекобсону». Данная методика нервно-мышечной релаксации проводится в игровой форме. Дети с удовольствием выполняют упражнения «Сосулька», «Бабочка», «Черепаха» и другие, учатся правильно дышать, регулировать мышечное напряжение и расслабление.

С понятием «саморегуляция» тесно связано понятие «самоконтроль». Самоконтроль – это сознательная регуляция человеком собственных состояний, побуждений и действий. В результате самоконтроля осуществляется осознанный выбор допустимых и наиболее приемлемых форм реагирования на обстоятельства окружающей действительности. Следовательно, для формирования самоконтроля очень важен пример со стороны взрослых. Подавая детям пример сдержанности, неконфликтности в общении, взрослые воспитывают в них привычку к самоконтролю и сами приучаются контролировать себя. А еще и взрослые и дети могут потренировать способность к самоконтролю в различных играх и упражнениях. Психолог Ольга Владимирона Хухлаева для развития у детей самоконтроля в конфликтных ситуациях предлагает игру «Стоп кулак!». В данной игре один ребенок понарошку дразнит другого, а второй ребенок должен улыбаться сверстнику и мысленно говорить «стоп» своим кулакам. Взрослый должен помогать ребенку следить за руками (пальцы рук должны оставаться расслабленными). Данная игра рекомендуется для детей 4 лет и старше.

Но самым главным советом является следующий: не жалейте время на познание индивидуальных особенностей ребенка. Каждый ребенок уникален как личность, каждая ситуация неповторима, в каждом случае всегда на людей действует много разнообразных внешних и внутренних факторов. Для того, чтобы разобраться в причинах поведения ребенка, нудно хорошо знать его особенности и, в первую очередь, - себя. Ведь наши дети – это результат наших усилий и забот, радостей и тревог, воспитания в течение многих дней. И во многом способ реагирования детей на различные события – это копия наших действий и поступков. Только мы, взрослые, как правило, этого не замечаем.

Поэтому сложное, проблемное поведение нашего ребенка – это повод еще раз внимательно задуматься о своем характере, своих привычках, поступках.

А еще это прекрасный повод начать играть с ребенком в различные совместные игры.

Статья опубликована в Семейно-педагогическом альманахе «Семейный вопрос» №9 С.- 36-39

<http://detskiyvopros.ru/data/IMPORTANT/GURNAL_9.pdf>