

**Умение принимать поражение** – социальный навык, который очень важен на любом этапе жизни. Поэтому так необходимо воспитывать в ребёнке достоинство проигравшего. Отношение к победам и неудачам не только формирует самооценку малыша, но и определяет его отношения с окружающими людьми.

Часто можно наблюдать картину на детской площадке: ребята играют, и когда становится очевидно, кто терпит поражение, проигравший начинает плакать, и его, в истерике, родители срочно уводят с поля боя. Такая модель поведения абсолютно не действенна. Более того, она пагубно сказывается на формировании сильных сторон личности, умении противостоять жизненным обстоятельствам, проявлять принципиальность и целеустремлённость.

### **Упражнения для развития уверенности**

#### **Упражнение «Радуга силы»**

На листе акварельной бумаги нарисовать радугу, из кусков пластилина (основных цветов спектра) отделять небольшие кусочки. Предложите ребёнку размазывать кусочки, повторяя вслух: «Я смелый», «Я сильный». «Я смелый» — ребёнок повторяет, размазывая пластилин правой рукой; «я сильный» — размазывая пластилин левой рукой.

#### **Упражнение «Мой портрет в лучах солнца»**

**Цель:** учить находить в себе главные индивидуальные особенности

**Ход упражнения:** — Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите с помощью родителя все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ответ на вопрос: «Почему я хороший?» - для дошкольников.

## **«Ребенок не умеет проигрывать: что делать?»**

### **Рекомендации для родителей**



Радченко А.Е.

Дети очень любят коллективные игры, однако далеко не все маленькие исследователи способны адекватно реагировать на проигрыш. В чем причина? Почему дети вообще так чувствительно относятся к поражению, если игра – это всего лишь развлечение? Как часто бывает, дети в возрасте до 7 лет находятся в состоянии «всемогущества». Они привыкли к тому, что в глазах окружающих

являются центром вселенной и не понимают, что в жизни существуют определенные границы.

## Как научить ребенка адекватно воспринимать проигрыш?

- **Дайте ребенку понять, что вы его любите, гордитесь им, несмотря ни на что.** Он проиграл, но стойко дошел до конца, не бросил на полпути начатое, не сдался без боя... Здорово! Молодец!
- **Не делайте из проигравшего ребенка жертву.** Не начинайте его утешать, иначе он сам начнет чувствовать себя несчастным.
- Если вы случайно заметили, что ребенок жульничает, «незаметно» двигает фишки и делает дополнительные ходы без очереди, не кричите. Он сам прекрасно понимает, что действует не совсем честно, но его стремление к победе любой ценой в данный момент затмевает призывы совести. Некоторым детям в силу возраста и особенностей характера порой сложно играть по строгим правилам. Оставлять без внимания такие случаи, конечно, не стоит, но и ругать слишком сильно – перегибать палку. Можно напрочь уничтожить мотивацию и желание побеждать.
- **Никаких поддавок!** Дети очень тонко чувствуют, когда их начинают обманывать. Это еще обиднее, чем проигрыш. Лучше время от времени находить возможность поиграть с более слабым противником (младшим братом, сестрой, другом). Но играть все время со слабым противником – не вариант. Объясните ребенку, что полезнее играть с тем, кто сильнее тебя.
- **Не акцентируйте внимание на проигрыше.** Возможно, ребенку был важен сам процесс игры, общение со сверстниками и он не придавал особого значения итогу. Не делайте этого и вы.
- Маленькому ребенку лучше всего говорить, что каждый, кто дошел до финиша и выполнил задание до конца – молодец. Не важно, кто сделал это раньше всех.
- **Не сравнивайте ребенка с кем-то другим,** иначе «победить любой ценой» может стать его целью. Лучше и правильнее сравнивать его успехи с тем, что было прежде, т.е. соревноваться с самим собой. Можно даже завести отдельный блокнот и фиксировать достижения в той или иной игре.
- **Чередуйте успехи и неудачи.** Например, можно поиграть в быстрые игры типа «Крестики-нолики», «Камень-ножницы-бумага»,

где каждая новая партия не отнимает много времени и результат не всегда предсказуем.

- После поражения предложите поиграть в ту игру, где ребенок явно одержит победу.
- **На своем примере демонстрируйте адекватное поведение при проигрыше.** Например, не стоит показывать полное равнодушие или чрезмерно злиться. Лучше казаться немного грустным, говорить что-то типа «Повезет в следующий раз», «В следующий раз я придумаю правильную стратегию и обязательно выиграю».
- **Если ребенок все же расстроился, не усугубляйте ситуацию.** Спокойно объясните, что от невезения никто не застрахован, бывает и такое. Поддержите его словами «Мне было сложно играть с тобой. Пришлось попотеть, чтобы выиграть» или «С каждым разом у тебя все сложнее и сложнее выигрывать. Ты делаешь успехи!»
- Обязательно хвалите за успехи, но и проигрыши не игнорируйте: анализируйте с ребёнком, почему это произошло, как не допустить такого в дальнейшем. Объективный анализ ошибок – залог дальнейших побед.

### Задача родителей – научить ребёнка радоваться успехам и принимать поражения!

А самое, главное, **ребенок должен чувствовать и знать, что родные любят и ценят его независимо ни от чего, ни от оценок, ни от спортивных достижений. Дерзать и замахиваться на большое легче, когда родители составляют надежный тыл.**

(Мультфильм для просмотра и обсуждения по теме: «Жила-была Царевна: Не хочу проигрывать!»)

<https://nsportal.ru/detskii-sad/vospitatelnaya-rabota/2020/05/19/pamyatka-dlya-roditeley-rebyonok-ne-umeet-proigryvat>