

Игры на развития внимания

1. «Что было? Что пропало? Что появилось?»

Задача ребёнка - внимательно запомнить, что было сначала, и определить, какие предметы исчезли, а какие появились. Эта игра, которая помогает развивать внимание, память и логическое мышление у детей.

2. «Места предметов»

Проводить можно с одним ребенком и компанией. Взрослый должен выбрать от 5 до 10 предметов и разложить рядом друг с другом в определенной последовательности, прикрыв простыней. Снимая ткань на 10 секунд, попросите внимательно рассмотреть и запомнить последовательность. После накрытия, попросить отвернуться ребенка и поменять последовательность предметов. Задача ребенка – выстроит ту последовательность, которая была изначально.

3. «Фотограф»

Взрослые (мама и папа) должны выбрать себе позы (на одной ноге, руки в стороны и тд), ребенок запоминает. После этого ребенок выходит из комнаты либо отворачивается и закрывает глаза на полминуты. Задача родителей - поменяться местами и выбрать другие позиции, чтобы фотограф распознал это и вернул их в изначальное положение. Чем больше взрослых участвует, тем игра интереснее и сложнее.

4. «Король сказал»

Все участники игры становятся друг напротив друга или в круг (если участвуют больше 3х). Выбирается ведущий. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять только в том случае, если он добавит слова "Король сказала. Кто ошибется, выходит и выполняет какое-нибудь задание участников игры, например, улыбнуться, попрыгать на одной ноге и т.д.

Вместо слов «Король сказал» можно добавлять и другие, например, «Пожалуйста»

5. «Запрещенное движение»

Взрослый и ребенок встают друг напротив друга на расстоянии 1 - 1,5 м. Взрослый читает текст:

Чтобы всем нам закаляться,
Не болеть и не хворать,

Нужно делать всем зарядку И движения выполнять!

Кто там спит в постели сладко?

Выбегайте на зарядку!

Вы старайтесь, не зевайте, Упражнения выполняйте!

После этого взрослый выполняет разные движения, ребенок должен повторять их вслед за ним. Одно из движений - «запрещенное», его ребенку повторять нельзя. Например: запрещено выполнять движение «руки к плечам». Взрослый делает разные движения, ребенок их повторяет, неожиданно взрослый выполняет «запрещенное движение». Если ребенок повторит его - он совершил ошибку, игра останавливается. Через некоторое время (10-15секунд) игру продолжают. По мере усвоения ребенком правил игры можно увеличить темп показа упражнений. При совершении игроком ошибки игру можно не прекращать, а, например, предложить этому игроку сделать шаг вперед, после этого продолжить игру. «Запрещенные» движения следует менять после четырех-пяти повторений игры.

6. «Найди предмет» или «Найди и промолчи»

Взрослый заранее прячет какой-либо предмет и предлагает его найти.

Когда ребенок увидел, подходит и тихонько говорит. Меняются ролями, теперь ребенок прячет, а взрослый находит.

7. «Тихо – громко»

Взрослый прячет предмет. Когда ребенок приближается к предмету, то взрослый начинают хлопать в ладоши, по мере удаления от него хлопки становятся тише. Смена ролей.

Игры, развивающие волевую регуляцию

1. «Двигайся! Замри!

Музыкальная игра, в которой бегают, прыгают, танцуют под музыку. А потом быстро замирают, когда музыка останавливается. Если ребенок пошевелился, то выполняет задание (прыгни на одной ноге, хлопи над головой)

2. «Угадай, что делали»

Взрослый встает лицом к ребенку, а ребенок отходит на 8-10 шагов и поворачивается спиной. Взрослый думает, какое действие он будет изображать. По слову «пора» отгадывающий поворачивается, подходит к играющему и говорит: Здравствуйте, мама (папа)! Где вы бывали? Что вы видели? Взрослый отвечает:

Что мы видели - не скажем, А что делали - покажем. Взрослые

изображают какое-нибудь действие (играют нагармошке, скачут на лошадях и т. д.) Водящий должен отгадать это действие. Меняются ролями

3. «Два Мороза»

Взрослые – морозы (Мороз-красный нос, Мороз-синий нос). Морозы стоят по обе стороны помещения, ребенок стоит в конце комнаты, и ведут диалог: Морозы: Мы два брата молодые, Два Мороза удалые. Кто из вас решится, В путь дороженьку пуститься? ребенок:

Не боюсь я угроз

И не страшен мне мороз!

Раз, два, три-лови! Ребенок пытается перебежать на другую сторону, а Морозы его ловят.

4. «Быстро возьми, быстро положи»

По всему залу (комнате) разбросаны (мячи, кубики, ленты). Взрослый хлопает в ладоши, ребенок разбегается, не задевая предметы. По команде «Быстро возьми!» берет предмет, поднимает руки вверх и замирает.

Потом с предметом в руках продолжает бег. Через некоторое время даёт команду: «Быстро положи!» «Замри»

ребенок быстро кладет предмет на пол и замирает. Играют несколько раз.

5. «Стоп»

На расстоянии 10-16 шагов от границы площадки проводится линия (исходная), на которой близко друг от друга стоят игроки.

На противоположном конце площадки очерчивается кружком (диаметром 2-3 шага) место водящего. Повернувшись спиной к играющим, водящий громко говорит: «Быстро шагай, смотри, не зевай! Стоп!» при этих словах игроки подвигаются по направлению к водящему. Как только водящий произнес слово «Стоп» все останавливаются, водящий быстро оглядывается. Тот, кто не успел вовремя остановиться после слова «Стоп» и сделал добавочное движение, возвращается на исходную линию.

6. «Речка-берег».

Взрослый должен обозначить, что одна сторона, допустим, справа от них – это речка, а слева – берег, и в зависимости от названного слова ребенку нужно прыгать в обозначенные места. Далее можно начинать саму игру.

По ходу упражнения разрешается немного схитрить, например, множество раз подряд называть «Речка» и «Берег» поочередно, а после – вразброс, чтобы дети запутались и поняли, что внимание нужно обращать на слово,

а не на привычку. Это особенно помогает ребятам, испытывающим трудности с переключением.

7. «Кричалки-шепталки-молчалки»

Из разноцветного картона надо сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это - сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь «кричалку», можно бегать, кричать, сильно шуметь; желтая ладонь «шепталка» можно тихо передвигаться и шептаться, на сигнал «молчалка» синяя ладонь дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалками».

Игры, на снятие мышечного напряжения

1. «Ласковые лапки»

Необходимы предметы различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы вату и т. д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; взрослый объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасался к руке, - отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными. Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони. Можно поменяться с ребенком местами.

2. «Мама-робот»

Попросите своего малыша научить вас тому, что он хорошо умеет, чем интересуется. Но при объяснении должны использоваться только слова, без действий. А задача взрослого - сделать в точности то, что ему говорят. не подыгрывая.

3. «Кукла и солдат»

Взрослый и ребенок полностью выпрямляются и вытягиваются в струнку, как солдат. Затем — застывают в этой позе и не двигаются. После этого должны наклониться вперед и расслабить руки так, будто они тряпичные (*показать*). Тело должно стать мягким и подвижным, как у тряпичной куклы. Колени надо согнуть и почувствовать, будто кости становятся мягкими, а суставы — подвижными... Затем взрослый предлагает снова изобразить солдата, вытянутого в струнку и абсолютно прямого и негнущегося, как будто вырезанного из дерева (10

секунд). Теперь — тряпичную куклу, мягкую, подвижную и расслабленную... Снова — солдата... (10 секунд) Затем — тряпичную куклу... Взрослый и ребенок попеременно становятся то солдатом, то куклой до тех пор, пока полностью не расслабятся, после чего взрослый просит встряхнуть руками, будто стряхивают с них капельки воды. Затем надо стряхнуть капельки воды со спины... с волос... с верхней части ног и ступней.

4. «Солнечный зайчик»

Поговорить с ребенком о ласковом солнышке, о непоседливом и веселом солнечном зайчике, при возможности — поиграть с настоящим солнечным зайчиком. Взрослый произносит: «Солнечный зайчик заглянул тебе в глаза. Закрой их. Он побежал дальше по лицу, нежно погладь его ладошками: на лбу, на носу, на щечках, на подбородке. Поглаживай его аккуратно, чтобы не спугнуть. Он забрался за шиворот — погладь его и там. Он не озорник — он любит и ласкает тебя, а ты погладь его и подружись с ним».

5. "Насос и мяч"

Взрослый и ребенок определяют роли. Один из вас - большой надувной мяч, другой насосом надувает этот мяч. Мяч стоит, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах, руки, шея расслаблены. Корпус наклонен несколько вперед, голова опущена (мяч не наполнен воздухом). Один начинает надувать мяч, сопровождая движение рук (они качают воздух) звуком "с". С каждой подачей воздуха мяч надувается все больше. Услышав первый звук "с", он вдыхает порцию воздуха, одновременно выпрямляя ноги в коленях, после второго "с" выпрямилось туловище, после третьего - у мяча поднимается голова, после четвертого - надулись щеки и даже руки отошли от боков. Мяч надут. Насос перестал накачивать. Выдергивает из мяча шланг насоса... Из мяча с силой выходит воздух со звуком "ш". Тело вновь обмякло, вернулось в исходное положение". Затем играющие меняются ролями.

6. «Алфавит на спине»

Игра помогает детям запоминать буквы, цифры и развивать мозговую деятельность, мышление и память через физический контакт. Взрослый рисует пальцем печатную букву или фигуру на спине ребёнка, а тот угадывает её или воспроизводит на бумаге, задействуя мускульную память. Затем играющие меняются ролями.