

## **Игры для детей с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью**

1. «Передай хорошее настроение» игра-разминка.  
Цель: создать положительный эмоциональный настрой.
2. «Считалочки-бормоталочки».  
Цель: развитие произвольности психических процессов, внимания.

По просьбе педагога дети повторяют фразу: «Идет - бычок - качается». В первый раз произносят вслух все три слова, во второй раз вслух только «идет - бычок», а слово «качается» про себя, хлопая при этом один раз в ладоши. В третий раз вслух произносят только слово «идет», а слова «бычок - качается» про себя, сопровождая каждое слово хлопком в ладоши. В четвертый раз все три слова произносят про себя, заменяя их тремя хлопками. Итак, это будет выглядеть следующим образом:

### **Вариант 1**

- 1.Идет - бычок - качается.
- 2.Идет - бычок - хлопок.
- 3.Идет - хлопок - хлопок.
- 4.Хлопок - хлопок - хлопок.

### **Вариант 2**

- 1.Ехал - грека - через - реку.
- 2.Ехал - грека - через - хлопок.
- 3.Ехал - грека - хлопок - хлопок.
- 4.Ехал - хлопок - хлопок - хлопок.
- 5.Хлопок - хлопок - хлопок - хлопок.

### **Вариант 3**

- 1.Подарил - утенку - ежик - пару - кожаных - сапожек.
- 2.Подарил - утенку - ежик - пару - кожаных - хлопок.
- 3.Подарил - утенку - ежик - пару -хлопок - хлопок.
- 4.Подарил - утенку - ежик - хлопок -хлопок - хлопок.
- 5.Подарил - утенку - хлопок - хлопок -хлопок - хлопок.
- 6.Подарил - хлопок - хлопок - хлопок -хлопок - хлопок.
- 7.Хлопок - хлопок - хлопок - хлопок -хлопок - хлопок.

### **3.« Будь внимательным».**

Цель: развитие внимания, памяти, формирование самоконтроля двигательной активности.

Взрослый предлагает детям показать разные движения – упражнения.

После показа упражнения дети все его повторяют, после показа второго упражнения, дети его запоминают и повторяют сначала первое, затем второе и т.д. до 8-10 движений. Затем взрослый предлагает вспомнить и показать в разброс 5, 8, 4.

#### 4.«Чужие колени или ладошки».

Цель: развитие концентрации внимания, сосредоточенности, взаимоконтроля деятельности.

Дети, сидя на стульях, образуют тесный круг. Каждый участник должен положить свои руки на колени соседей, т.е. правую руку на левое колено соседа справа, левую - на правое колено соседа слева. В результате на коленях у каждого участника оказываются руки его соседей по кругу. Разобравшись с этим условием, можно приступать к выполнению упражнения, суть которого заключается в том, чтобы руки хлопали по коленям соседей последовательно, не обгоняя друг друга. Задание не такое простое, как кажется, поскольку все руки покоятся на чужих коленях и нужно внимательно следить, когда очередь дойдет до собственной руки, а не до собственного колена.

Упражнение требует постоянной сосредоточенности. Как только сосредоточенность снижается, участник ошибается. Тот, кто ошибся, убирает руку, которой была совершена ошибка.

#### 5. «Встреча»

Цель. Снять мышечное напряжение, развивать умение переключать внимание.

Дети по сигналу ведущего начинают хаотично передвигаться по комнате и здороваться со всеми, кто встречается на их пути (возможно, кто-либо из детей захочет поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом: один хлопок - здороваемся за руку; два - здороваемся плечами; три хлопка - здороваемся спинами.

Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре помогает избавиться

от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

#### 6. «Запомни и повтори».

Цель: развитие внимания, визуальной памяти.

На полу в произвольном порядке разложены различные предметы. Взрослый на несколько минут раздаёт детям карточки с изображением двух-трех предметов ( кубик, мяч, кольцо), затем собирает их. Звучит сигнал: дети произвольно двигаются по комнате, затем, продолжая двигаться выполняют задания:

собери предметы, которые ты видел□ на карточке.

собери предметы в том порядке в котором они были□ изображены на карточке.

#### 7.«Развивающие кубики».

Цель: развитие внимания, памяти, комбинаторные способности, логическое мышление, пространственное представление и воображение.

Предлагается детям собрать из кубиков различные фигуры, постройки. Взрослый может использовать подсказку в виде крупной картинки, если задание не трудное, то может показать только на своем примере.

Это малоподвижные игры, направлены на развитие произвольности психических процессов. в тоже время в этих играх решается задача взаимоконтроля деятельности.

#### 8. «Кричалки - шепталки - молчалки» (И.В. Шевцова)

Цель. Развивать наблюдательность, умение действовать по правилу, волевою регуляцию.

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

#### 8. «Колпак мой треугольный»

Цель. Научить концентрировать внимание, способствовать осознанию ребенком своего тела, научить управлять движениями и контролировать свое поведение.

Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, мой треугольный колпак. А если не треугольный, то это не мой колпак». После этого фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак», заменяют его жестом (например, два легких хлопка ладонью по своей голове). В следующий раз уже заменяются два слова: «колпак» и «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем повторе дети изображают жестами уже всю фразу.

Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

#### 9. «Ласковые лапки» (И.В. Шевцова)

Цель. Снять напряжение, мышечные зажимы, снизить агрессивность, развивать чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребенком и взрослым. Взрослый подбирает шесть-семь мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д., выкладывает их на стол. Ребенку воспитатель предлагает оголить руку по локоть, объясняет, что по ней будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать, какой «зверек» прикасается к руке, -отгадать предмет.

Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными.

Варианты игры: «зверек» может прикасаться к щеке, колену, ладони; можно поменяться с ребенком местами.