

Играем с ребенком дома

Игры на развитие концентрации

При отработке способности удерживать информацию нужно выбирать игры, подходящие по возрасту.

Для детей до 3-х лет

Дети еще маленькие. Плохо говорят, не понимают значения многих слов, понятий. **Поэтому необходимо выбирать самые простые занятия:**

1. Море волнуется. Игру можно проводить с компанией детей и одним ребенком. Взрослый говорит малышам бегать и прыгать по комнате, принимая различные позы, которые они захотят. После он произносит считалочку: «Море волнуется – раз! Море волнуется – два! Море волнуется – три! Морская фигура замри!».

Дети должны как можно быстрее среагировать и застыть в той позиции, которая у них была на момент окончания последней строчки стишка. Потом игра начинается заново. Для повышения интереса можно выделить победителей и проигравших, чтобы вручить какую-то награду.

2. Исчезнувшие предметы. Перед ребенком раскладывают предметы. Его задача – внимательно осмотреть их и запомнить. После малыш закрывает глаза или отворачивается, а взрослый убирает один объект. Что же пропало? Ребенок должен это выяснить и проговорить название.

3. Нос-ухо-глаз. Можно проводить с одним ребенком и компанией. Взрослый называет «нос», «ухо» или «глаз» и показывает что-то одно на своем лице. Задача ведущего – запутать детей, можно назвать «глаз», но показать на ухо, и наоборот. Ребенок должен выявить и исправить ошибку, показывая или называя слово верно.

4. Поиск героев. Необходимо расположить перед ребенком рисунок, на котором спрятаны разные мультипликационные герои. Желательно, чтобы он хорошо знал и любил их, это повысит интерес. Поставленная задача – найти персонажей и либо указать на них пальцем, либо обвести карандашом. Если ребенок затрудняется, можно немного помочь ему.

Для детей 3-5 лет

К этому возрасту у детей уже должен расширяться в памяти запас понятий и слов. Упражнения можно усложнять, к старым добавлять новые.

1. Места предметов. Проводить можно с одним ребенком и компанией. Взрослый должен выбрать от 5 до 10 предметов и разложить рядом друг с другом, прикрыв простыней. Снимая ткань на 10 секунд, попросите малышей внимательно рассмотреть и запомнить объекты, которые там находятся. После накрытия спросите ребенка об этом. Чем больше вещей он запомнил – тем лучше.

Повторно покажите ряд игрушек, но уже, чтобы запомнить последовательность, в которой они лежали. Для усложнения задачи можно поменять местами два предмета и спросить, что же изменилось. Также возможны такие вопросы, как: «Какого цвета?», «По каким группам можно их разделить?», «Что их объединяет?».

2. Пять движений. Данная игра больше подходит для проведения в компании детей. Взрослый должен показать пять движений в определенной последовательности, называя при этом их порядковый номер. Допустим, что поднять руки вверх – это два, а положить кисти на колени – пять. После попросите детей повторить движения в указанном порядке, который они должны были запомнить. Для усложнения задачи можно показать одно действие, называя номер другого, и посмотреть, исправит ли его кто-нибудь.

3. Что нового? Данная игра проводится в компании детей. Взрослый рисует на большом холсте или доске любую геометрическую фигуру. Задача малышей – подходить по очереди и дорисовывать разные детали, которые, по их мнению, дополняют картину. После того, как все дети по одному разу подошли к доске, они должны встать в ряд и рассказать все, что изменилось за этот «раунд». Далее игра продолжается, а сложность – увеличивается.

4. Летает, не летает. Игру можно проводить с одним ребенком и компанией. Взрослый называет предмет или существа и поднимает руки, если оно летает, или опускает, если нет. Ребенок делает то же самое, но предупредите его, что необходимо не повторять за вами, а мыслить самостоятельно, так как вы можете перехитрить.

5. Чей дом? Найдите в интернете или нарисуйте картинку с несколькими животными, например, от 5 до 8, и их домиками, которые должны соединять линии. Попросите малыша определить, где находится дом каждого зверька, не проводя по линиям ни пальцем, ни карандашом. Если он не справляется с задачей, разрешите пару раз воспользоваться вспомогательными средствами, после чего вернитесь к изначальной версии упражнения.

6. Мозаичный узор. Подготовьте картинку с любой формой, например, цифру, силуэт животного или букву, и дайте ребенку ее изучить. После этого попросите выложить из мозаики изображение. Для усложнения упражнения можно убрать образец, чтобы малыш всё делал по памяти.

Для детей 5-6 лет

Игры должны быть ещё сложнее, поскольку ребенку нужно соответствовать нормам развития. Детей необходимо понемногу готовить к школе, освоению новых сфер знаний. **Можно использовать такие занятия:**

1. Съедобное-несъедобное. Игра с одним ребенком или компанией. Поставьте детей полукругом, а сами расположитесь в центре, держа в руках мяч. Произносите слова, обозначающие объекты, предметы или еду, и бросайте его ребятам по очереди. Если назвали что-то несъедобное, они должны оттолкнуть или пропустить мяч, а если съедобное – поймать.

2. Фотограф. Данная игра проводится детьми самостоятельно, без активного участия взрослого. Они должны выбрать одного фотографа, то есть «водящего» игрока. Остальные дети встают в ряд и принимают различные позы. После этого водящий выходит из комнаты либо отворачивается и закрывает глаза на полминуты. Задача остальных ребят – поменяться местами и выбрать другие позиции, чтобы фотограф распознал это и вернул их в изначальное положение.

3. Смешанный лес. Эта игра – усложненная версия упражнения с поиском героев мультфильма. Здесь ребенку дается картинка, на которой изображены «особые» деревья среди обычных. Например, береза, маленькая елка или сосна. Ему необходимо найти их.

Игры на развитие контроля над импульсивными действиями

Такие занятия не направлены на то, чтобы сделать ребенка спокойнее. Но они помогут предотвратить появление приступов агрессии, спонтанного поведения. Также необходимо менять игры в зависимости от возраста.

Для детей до 3 лет

Начинать занятия стоит с малышами как можно раньше. Однако нужно учитывать предпочтения конкретного ребенка. **Рассмотрим возможные игры:**

1. Руки-ноги. Ребенка необходимо поставить напротив себя, чтобы показать технику движений на своем примере. Для этого начинайте совершать прыжки вверх, одновременно сводя и разводя руки и ноги. То есть, в тот прыжок, когда вы разводите ноги, соедините руки сверху над головой, и наоборот. Повторите упражнение несколько раз, чтобы не переутомить малыша.

2. Носочки-ладошки. Посадите ребенка на пол, чтобы он оперся спиной о стену. Попросите его согнуть руки в локтях, а раскрытые ладони оставить на уровне плеч, перпендикулярно полу. Далее следует совершать движения кистями и носками. Например, одновременно отвести в сторону носочек правой ноги и ладонь или, напротив, правой ноги и левой руки.

Для детей от 3 до 5 лет

В этом возрасте эффективны занятия в команде. Полезной будет игра «Считалки-догонялки». Для нее понадобится компания детей от 3 до 10 человек. Активное участие взрослого не требуется. Необходимо будет выбрать одного ведущего, который встанет посередине. Остальные должны выстроиться в ряд перед ним.

Далее ведущий проговаривает стишок, поочередно указывая пальцем на остальных участников, как бы пересчитывая их: «Мы – веселые ребята, любим бегать и играть, никого не обижать. Ну, попробуй нас догнать!». Тот малыш, на которого покажут, становится новым ведущим и догоняет остальных. Последний пойманный ребенок перенимает главную роль, и считалка начинается заново, уже от его лица.

Для детей от 5 до 6 лет

Развитию контроля над действиями хорошо помогает игра «Речка-берег». Для нее подойдет участие одного ребенка или нескольких, вплоть до целой компании.

Взрослый должен обозначить, что одна сторона, допустим, справа от них – это речка, а слева – берег, и в зависимости от названного слова детям 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.