**Играть с детьми с СДВГ   
  
Игры за столом на развитие воображения, мышления и логической памяти**

**Игры на развитие воображения и мышления**

**Составление рассказа** 5   
Составление рассказа с использованием определенных слов. Детям предлагают слова. Например:   
а) девочка, дерево, птица;   
б) ключ, шляпа, лодка, сторож, кабинет, дорога, дождь.   
Нужно составить связный рассказ, используя эти слова.

**"Волшебные кляксы"** 5   
Для начала игры изготавливают несколько клякс: на середину листа бумаги выливается немного чернил или туши, и лист складывают пополам. Затем лист разворачивают, и можно начать игру. Играющие по очереди говорят, какие предметные изображения они видят в кляксе или отдельных ее частях. Выигрывает тот, кто назовет больше всего предметов.

**Поиск аналогов** 5   
Называется какой-либо предмет или явление, например, "вертолет". Необходимо выписать как можно больше его аналогов, сходных с ним по различным признакам. В данном случае, например, могут быть названы "птица", "бабочка" (летают и садятся); "автобус", "поезд" (транспортные средства); "штопор" (важные детали вращаются) и другие. Побеждает тот, кто назвал наибольшее число групп аналогов.   
Эта игра учит выделять в предмете самые разнообразные свойства и оперировать в отдельности с каждым из них, формирует способность классифицировать явление по их признакам.

**Способы применения предмета** 5   
Называется какой-либо хорошо известный предмет, например, "книга". Надо назвать как можно больше различных способов его применения: книгу можно использовать как подставку для кинопроектора, можно ею прикрыть от посторонних глаз бумаги на столе и так далее. Побеждает тот, кто укажет большее число различных функций предмета.   
Эта игра развивает способность концентрировать мышление на одном предмете, умение вводить его в самые разные ситуации и взаимосвязи, открывать в обычном предмете неожиданные возможности.

**"Ну-ка, отгадай!"** 13   
*Цель игры: развитие мышления и речи.*   
Группа детей делится на две подгруппы. Первая подгруппа тайно от второй задумывает какой-либо предмет. Вторая подгруппа должна отгадать предмет, задавая вопросы. На эти вопросы первая подгруппа имеет право отвечать только "да" или "нет".   
Дети из первой подгруппы встают по прямой линии друг за другом. Напротив них встают дети из второй подгруппы. Сначала задает вопрос ребенок из второй подгруппы: "Оно живое?" Первый ребенок из первой подгруппы отвечает: "Да". Затем задает вопрос второй ребенок из второй подгруппы: "Я его видел?" Второй ребенок из первой подгруппы отвечает: "Да" и т. д.   
После угадывания предмета подгруппы меняются ролями.   
*Примечания:*

1. Предлагайте детям вопросы, отражающие операции синтеза и классификации: "Оно живое (или мертвое)?"; "Оно находится в доме?"; "Оно находится на улице?"; "Это животное?"; "Это - человек?" и т. п.
2. Если в течение 8-10 минут предмет не угадан, целесообразно его назвать, чтобы ребята не заскучали.
3. Ребятам из первой подгруппы рекомендуется загадывать известные всем предметы.

**"Картинки-загадки"** 13   
*Цель игры: развитие мышления и речи.*   
Из группы детей выбирается один водящий, остальные садятся на стулья, они должны отгадывать. Учитель имеет большую коробку, в которой лежат маленькие картинки с изображением различных предметов (можно использовать картинки от детского лото).   
Водящий подходит к учителю и берет одну из картинок. Не показывая ее остальным детям, он описывает предмет, нарисованный на ней. Дети предлагают свои версии.   
Следующим водящим становится тот, кто первый отгадал правильный ответ.

**"Парные картинки"** 13   
*Цель игры: развитие мыслительных операций анализа и синтеза (сопоставления).*   
Используются картинки из двух наборов детского лото. Группа детей делится пополам. Каждый ребенок получает по четыре картинки. Дети из первой группы по очереди описывают предмет, нарисованный на одной из имеющихся у них картинок, не показывая их. Тот ребенок, у которого, по его мнению, есть эта картинка, показывает ее. Если ответ правильный, обе картинки откладываются в сторону (в общую коробку, например). Если ответ неправильный, первый ребенок повторяет свое описание, сделав его более подробным и детализированным.   
После того как все дети из первой группы описали по одной картинке, роли меняются. Теперь дети из второй группы также по очереди описывают свои картинки, а дети из первой группы отгадывают их. В целом происходят 4 смены ролей, соответственно четырем карточкам, имеющимся у каждого ребенка.

**"Угадай игрушку"** 13   
*Цель игры: развитие восприятия, наблюдательности и мышления.*   
Выбирается один водящий, который выходит на 2-3 минуты из комнаты. В его отсутствие из детей выбирается тот, кто будет загадывать "загадку". Этот ребенок должен жестами и мимикой показать, какую игрушку он задумал. Например, задумана игрушка "зайка". Ребенок прыгает, "грызет морковку" и т.д. Водящий должен отгадать игрушку, выбрать ее, взять в руки и громко назвать. Остальные дети хором говорят "Правильно!" или "Неправильно!".   
Если ответ правильный, выбирается другой водящий и другой ребенок, который будет загадывать "загадку". Если ответ неправильный, показать "загадку" предлагается другому ребенку, и так до тех пор, пока не будет получен правильный ответ.

**"Лишняя игрушка"** 13   
*Цель игры: развитие смысловых операций анализа, синтеза и классификации.*   
Дети приносят с собой игрушки из дома. Группа ребят делится на две подгруппы. Первая подгруппа на 2-3 минуты выходит из комнаты. Вторая подгруппа отбирает 3 игрушки из тех, что принесены. При этом две игрушки должны быть "из одного класса", а третья - из другого. Например, с куклой и зайчиком кладут мячик.   
Входит первая группа и, посовещавшись, берет "лишнюю игрушку" - ту, которая, по их мнению, "не подходит". Так, в данном примере "лишняя игрушка" - это мячик (кукла и зайка - живые, а мячик - нет).   
Если ребята легко справляются с тремя игрушками, их число можно увеличить до 4-5, но не более 7-ми. Игрушки можно заменить картинками из детского лото (тогда игра будет называться "Лишняя картинка").

**"Сочини предложение"** 13   
*Цель игры: развитие мышления и фантазии.*   
Учитель предлагает группе 2 карточки из детского лото, на которых изображены предметы. Группа садится полукругом, и по очереди каждый ребенок придумывает предложение, которое содержит названия двух задуманных предметов. Затем показываются два других предмета, и снова по кругу дети придумывают новые предложения.   
*Примечания:*

1. Стимулируйте у детей стремление к составлению нестандартных, оригинальных предложений.
2. Если дети легко справляются с придумыванием предложений по двум заданным словам, в следующий раз предложите им три слова для составления предложений.

**"Противоположность"** 13   
*Цель игры: развитие мышления и речи.*   
Ведущий показывает группе детей одну картинку. Задача состоит в том, чтобы назвать слово, обозначающее противоположный предмет. Например, ведущий показывает предмет "чашка". Дети могут назвать следующие предметы: "доска" (чашка выпуклая, а доска прямая), "солнце" (чашку делает человек, а солнце -это часть естественной природы), "вода" (вода - это наполнитель, а чашка - это форма) и т.д.   
Каждый ребенок по очереди предлагает свой ответ и обязательно объясняет, почему он выбрал именно такой предмет.

**"Определения"** 13   
*Цель игры: развитие мыслительных ассоциативных связей.*   
Ведущий показывает одну карточку, на которой нарисован предмет, затем другую. Задача игры состоит в том, чтобы придумать слово, находящееся между двух задуманных предметов и служащее как бы "переходным мостиком" между ними. Каждый участник отвечает по очереди. Ответ должен быть обязательно обоснован.   
Например, даются два слова: "гусь" и "дерево". "Переходными мостиками" могут быть следующие слова: "лететь" (гусь взлетел на дерево), "вырезать" (из дерева вырезали гуся), "спрятаться" (гусь спрятался за дерево) и т. п.

**"Придумай загадку"** 13   
*Цель игры: развитие речи и мышления.*   
Из группы детей выбирается водящий. В его задачу входит придумать загадку. Группа должна эту загадку отгадать. Далее другой ребенок придумывает загадку и т.д.   
Дети 6-ти лет любят придумывать загадки, игра проходит оживленно.

**"Пословицы"** 13   
*Цель игры: развитие речи и мышления.*   
Учитель предлагает простые пословицы. Дети должны дать свое объяснение смысла пословиц. Спрашивать необходимо по очереди. Например, пословицу "Тише едешь - дальше будешь" дети интерпретируют так: "Надо ехать тихо, тогда быстрее приедешь", "Это значит - нельзя спешить".   
А иногда объяснение одной пословицы представляет собой другую: "Семь раз отмерь, один отрежь".   
Пословицы:

1. "Дело мастера боится".
2. "Всякий мастер на свой лад".
3. "На все руки мастер".
4. "Портной испортит - утюг загладит".
5. "Картошка поспела - берись за дело".
6. "Без труда и в саду нет плода".
7. "Каков уход, таков и плод".
8. "Больше дела - меньше слов".
9. "Всякий человек у дела познается".
10. "Горе есть - горюй, дело есть - работай".
11. "Без дисциплины жить - добру не быть".
12. "Заработанный хлеб сладок".
13. "У кого сноровка, тот и действует ловко".
14. "Без начала нет конца".
15. "Без порядка толка нет".
16. "Без работы пряников не купишь".
17. "Глаза боятся - руки делают".
18. "Чтоб не ошибиться, не надо торопиться".
19. "Без труда нет добра".
20. "Труд - лучшее лекарство".
21. "Терпение и труд все перетрут".
22. "Будешь книги читать - будешь все знать".
23. "Дом без книги, что без окон".
24. "Хлеб питает тело, а книга питает разум".
25. "Где ученье - там уменье".
26. "Ученье и труд вместе живут".
27. "Ученье - свет, а неученье - тьма".
28. "Почитай учителя, как родителя".

**"Сказочный чайнворд"** 8   
Чайнворд - это игра, в которой нужно придумывать слова, начинающиеся на ту букву, какой окончилось предыдущее слово. В предложенной игре нужно воспользоваться этим правилом и составлять фразы-чайнворды про героев сказок, но с одним условием: предложение должно состоять из пяти слов и начинаться с имени героя. Например, "Колобок":   
ЛисА АккуратнО ОбошлА Арык.

**"Ягодные сказки"** 8   
Можно придумывать сказки, которые объсняли бы явления из какой-либо области. Например:   
Почему вишни растут парами?   
Почему ежевика колючая?   
Откуда у земляники крапинки?

**"Буриме"** 8   
В этой игре нужно сочинить стихотворение по заданным рифмам. Например, по таким:   
- конь-гармонь-огонь-ладонь;   
- бег-снег-век-человек;   
- стакан-карман-обман-пан.   
Победитель тот, кто первым придумал интересное стихотворение.

**"Спрячь ноты"** 8   
Судья оглашает задание и засекает время. Нужно составить как можно больше слов, в которых были бы "спрятаны" загаданные судьей ноты:   
- ля,ре;  
- до,фа;   
- соль,ми.

**"Конец и начало"** 8   
Выбирается судья, который даёт задание и оценивает работу. Игроки должны за определённое время придумать рассказ по первой и последней его строчке. Без серединки два предложения выглядят несвязанными друг с другом. Например:   
- Снег пошёл хлопьями... На кровати лежал отбойный молоток.   
- Костёр разгорался сильнее... Паук поймал муху.   
- Дятел выглянул из дупла... Балкон покрасили в синий цвет.

**"История одной буквы"** 8   
Многим известная игра. Составьте самый длинный связный рассказ из слов, начинающихся на одну букву. например:   
"Академик астрономиии Антон Алексеевич Арбузов арендовал автобус апельсинов, а артист Алексей Антонович Ананасов арестован атаманом аборигенов."

**"Мемуары"** 8   
Мемуары обычно пишут люди, прожившие яркую и интересную жизнь.   
Участникам игры предлагается написать мемуары от лица:   
- старого прикроватного столика,   
- старой платьевой вешалки,   
- старой чайной чашки.   
Мемуары должны быть небольшими и интересными, хорошо представленными.

**"Расшифруй слова"** 8   
Представьте, что простые слова - аббревиатуры. Кто придумает самые смешные расшифровки:   
- ГАЗ, ВОДА, ЗЕМЛЯ;   
- НЕТ, ДА, УРА;   
- ЗАТО, ПОТОМ, ЧТО.

**"Анонимка"** 8   
Это неподписаное письмо, обычно жалоба на кого-либо или что-либо. А представьте, что страсть к анонимкам охватила неодушевлённые предметы. Каждый участник составляет анонимку от лица какой-нибудь вещи, остальные участники должны отгадать, от чьего лица составлена жалоба.

**"Скороговорки"** 8   
Очень трудно быстро произносить скороговорки, ещё сложнее самому придумать трудно произносимую фразу. Есть много скороговорок с именем Саша: "Шишкой Саша шапку сшиб", "Шла Саша по шоссе и сосала сушку", "Маляр Шурик мешал сурик". Участникам игры предлагается составить смешные скороговорки со своими или другими именами. Побеждает тот, кто составит самое труднопроизносимое предложение, или кто составит больше скороговорок и т.д.

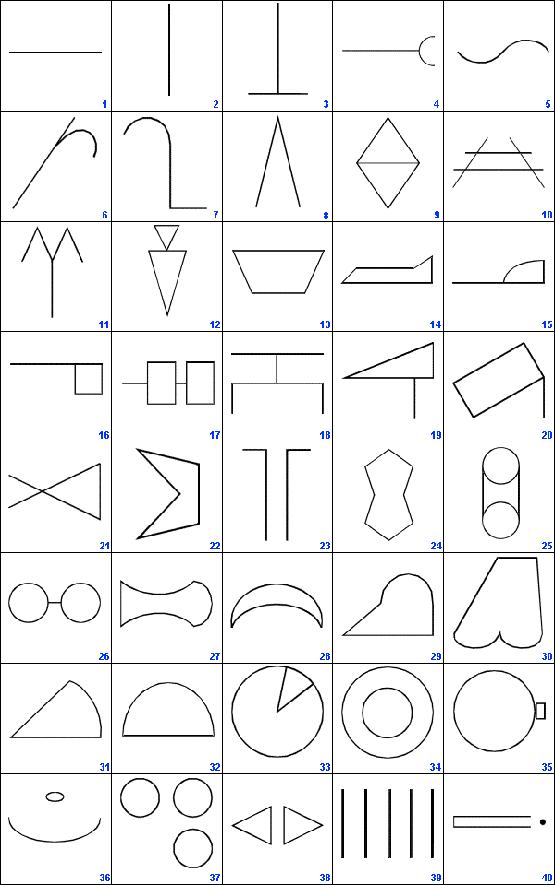
**"Правила хорошего тона"** 8   
С древности повелось, что в разных местах нужно вести себя по-разному. В связи с этим существуют правила поведения, которые объясняют, что можно, а что нельзя делать в том или ином месте.   
Участникам игры предлагается написать свод правил поведения в неожиданных местах, например:   
- под кроватью,   
- на вершине Эльбруса,   
- в холодильнике,   
- в избушке Бабы-Яги.   
Можно предложить по написаным правилам угадать место.

**"10 коротких советов"** 8   
В любом модном журнале есть страничка, где даются короткие советы, что делать в тех или иных ситуциях. Участникам игры предлагается придумать и записать советы, способные помочь людям в нестандартных ситуациях:   
- ребёнок моет уши зубной пастой;   
- мама каждый день моет квартиру, передвигая мебель;   
- папа плачет над аргентинскими сериалами и т.д.

**"Эврика!"** 8   
Участникам игры предлагатся попробовать открыть новый закон или вывести формулу, которая будет несколько необычной, но очень пригодится в жизни. Правила можно придумывать самые различные, например:   
- как определить возраст соседской собаки;   
- как измерить вес грозовой тучи;   
- как рассчитать количество пчёл в улее.

**"Инструкция"** 8   
Эта игра похожа на игру ["Эврика"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games3.html#evrika). Но в ней предлагается составить подробную инструкцию для выполнения нелёгкого задания, например:   
- как вынуть изюм из кекса;   
- сделать маникюр кошке;   
- выиграть в лотерею.

**"Простые рисунки"** 10   
Такие рисунки состоят из контуров геометрических фигур, дуг и прямых. В них при создании не закладывается никакого определенного значения. Простые рисунки нужно разгадывать, то есть находить в них смысл, отвечать на вопрос "Что это такое?".   
Правила игры просты: нужно сказать, что за предмет изображен на рисунке. Чем больше решений, тем лучше. Единственное ограничение: не нужно поворачивать рисунки.   
Мы предлагаем вам для игры 40 простых рисунков.   
Приводите столько вариантов решений, сколько сможете. Если кончились мысли по поводу одного рисунка, перейдите ко второму, а через некоторое время вернитесь к первому рисунку.   
Вы можете сами придумать сколько угодно простых рисунков и разгадывать их. Однако хотим предостеречь от одной распространенной ошибки: создавая новый рисунок, не закладывайте в него заранее никакого смысла. Это может сильно помешать в дальнейшем при разгадывании. Никаких других ограничений нет.



**Игры на развитие логической памяти**

Для развития памяти младших школьников можно использовать упражнения, направленные на развитие способности к воссозданию мыслительных образов, осознанное восприятие, способность устанавливать связи между элементами материала, использование визуального кода. 7

**"Запомни фразы"** 7   
*Цель: развитие способности к воссозданию мыслительных образов.*   
Ребенку предлагается закрыть глаза и прослушать ряд фраз, представив себе соответствующую картинку:   
- Лев, нападающий на антилопу.   
- Собака, виляющая хвостом.   
- Муха в супе.   
- Миндальное печенье в коробочке в форме ромба.   
- Молния в темноте.   
- Пятно на любимой рубашке.   
- Капли дождя, сверкающие на солнце.   
- Крик ужаса в ночи.   
- Друг, ворующий любимую игрушку.   
После этого ребенок должен взять листок бумаги и попробовать вспомнить и записать фразы.

**"Игра в волшебника"** 7   
*Цель: развитие осознанного восприятия.*   
Ребенок становится волшебником, способным оживить при помощи волшебной палочки все, что угодно. Он касается своей палочкой любого предмета, предмет оживает (в воображении, конечно), затем волшебник рассказывает о том, что получилось, как начал вести себя оживший предмет.

**"Придумай историю со словами"** 7   
*Цель: развитие способности устанавливать связи между элементами материала (логических ассоциаций).*   
Ребенку предлагаются слова. Их необходимо перегруппировать, объединив по какому-нибудь признаку, чтобы было легче запомнить. Потом из всех этих слов надо придумать историю:   
Медведь. Тележка. Пчела. Колокольчик. Ромашка. Воздух. Ваза. Кот. Солнце. Вода.

**"Визуальный код"** 7   
Чтобы запомнить число предметов, нужно использовать визуальный код. Например, чтобы запомнить "одна корова", надо представить себе одну корову, привязанную к колышку. Попробуйте вместе с ребенком запомнить таким образом следующий материал:   
- Одна корова.   
- Две автомашины.   
- Три рубашки.   
- Четыре зеркала.   
- Пять солдат.   
- Шесть карандашей.   
- Семь шариков.   
- Восемь стульев.   
- Девять колец.   
- Десять стаканов.

**"Игрушечная очередь"** 19   
"Игрушки стояли в очереди, они хотели прокатиться на пароходе. Первым стоял мишка, потом кукла Катя, за ней розовый поросенок, за поросенком еще один медведь, последний - котенок". Вы выстраиваете 5-6 игрушек в очередь друг за другом. "Потом зазвонил колокольчик - это пришел мороженщик, и все звери побежали к нему. А когда они вернулись на причал, не смогли вспомнить, кто за кем стоял. Помоги игрушкам, ведь капитан парохода катает за один раз только по два пассажира".

1. Вадим Родионов и Мария Ступницкая. "Безобидный" непоседа".// Обруч, 1998 № 5. – с. 13 - 14   
   <http://pedlib.clx.ru/Books/3/0007/3_0007-4.shtml>
2. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 192 с., илл.   
   <http://pedlib.hut.ru/Books/shpargalka/shpargalkap13.html>
3. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 192 с., илл.   
   <http://pedlib.hut.ru/Books/shpargalka/shpargalkap14.html>
4. Шевченко Ю.,Шевченко М. Игры для гиперактивных детей. Журнал "Обруч" № 1 за 2000 г.   
   <http://www.nanya.ru/opit/4891> ("Няня.Ру: Все о детях")
5. Как помочь ребенку учиться: беседа с психологом.   
   <http://www.nanya.ru/opit/3414>("Няня.Ру: Все о детях")
6. Как развивать внимание младших школьников.   
   <http://parent.fio.ru/news.php?c=308&n=17149>
7. Некоторые упражнения для развития логической памяти младших школьников.   
   <http://parent.fio.ru/news.php?c=308&n=17332>
8. Игры на развитие творческих способностей 1   
   <http://www.eti-deti.ru/i_tv1.html>
9. Игры на развитие творческих способностей 2   
   <http://www.eti-deti.ru/i_tv2.html>
10. Простые рисунки   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_2.html>
11. "Симметричные рисунки"   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_3.html>
12. Игры с чудесным мешочком   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_4.html>
13. Развитие мышления и речи   
    <http://www.eti-deti.ru/i_mishlenie.html>
14. Развитие внимания   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vnimanie.html>
15. Развитие памяти   
    <http://www.eti-deti.ru/i_pamyati.html>
16. 7я.ру Родительская конференция по детской психологии.   
    <http://www.7ya.ru/conf/confer-theme.asp?cid=Psy&tid=6770>
17. Тренинги >> Упражнения на развитие внимания детей младшего школьного возраста   
    <http://azps.ru/training/2/trn6.html>
18. "Играть!" Ирина Томашпольская. Журнал "Обруч" 3-1999.   
    <http://ten2x5.narod.ru/game/obr1.htm>
19. Развитие памяти   
    <http://www.rustoys.ru/playroom/pam.htm>
20. Упражнения на развитие внимания   
    <http://www.rustoys.ru/playroom/vnim.htm>

**Игры за столом на развитие концентрации внимания**

**"Где что было"** 1   
Ребенку показывают несколько предметов, лежащих на столе. Когда он отвернется, один из предметов убирают или переставляют. От ребенка требуется указать, что изменилось. Начинать следует с небольшого количества предметов, постепенно его увеличивая.

**"Найди отличие"** (Лютова Е.К., Монина Г.Б.) 2   
*Цель: развитие умения концентрировать внимание на деталях.*   
Ребенок рисует любую несложную картинку (котик, домик и др) и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.   
Игру можно проводить и с группой детей. В этом случае дети по очереди рисуют на доске какой-либо рисунок и отворачиваются (при этом возможность движения не ограничивается). Взрослый дорисовывает несколько деталей. Дети, взглянув на рисунок, должны сказать, какие изменения произошли.

**"Ласковые лапки"** (Шевцова И.В.) 2   
*Цель: снятие напряжения, мышечных зажимов, снижение агрессивности, развитие чувственного восприятия, гармонизация отношений между ребенком и взрослым.*   
Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, кисточку, стеклянный флакон, бусы, вату и т.д. Все это выкладывается на стол. Ребенку предлагается оголить руку по локоть; воспитатель 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.

**"Разговор с руками"** (Шевцова И.В.) 2   
*Цель: научить детей контролировать свои действия.*   
Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки - нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите: "Кто вы, как вас зовут?", "Что вы любите делать?", "Чего не любите?", "Какие вы?". Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно "заключением договора" между руками и их хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2-3 дней (сегодняшнего вечера или, в случае работы с гиперактивными детьми, еще более короткого промежутка времени) они постараются делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать.   
Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные руки и их хозяина.

**"Говори!"** (Лютова Е.К., Монина Г.Б.) 2   
*Цель: развитие умения контролировать импульсивные действия.*   
Скажите детям следующее: "Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: "Говори!" Давайте потренируемся: "Какое сейчас время года?"   
Педагог делает паузу. "Говори!"   
"Какого цвета у нас в группе (в классе) потолок?"... "Говори!"   
"Какой сегодня день недели?"... "Говори!"   
"Сколько будет два плюс три?" и т. д.   
Игра может проводиться как индивидуально, так и с группой детей.

**"Многоножки"** (Рузина М.С.) 3   
Перед началом игры руки находятся на краю парты. По сигналу учителя многоножки начинают двигаться к противоположному краю парты или в любом другом, заданном учителем, направлении. В движении принимают участие все пять пальцев.

**"Двуножки"** (Рузина М.С.) 3   
Игра проводится аналогично игре ["Многоножки"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games2.html#mnogonozhki), но в в гонках участвуют только 2 пальца: указательный и средний. Остальные прижаты к ладони. Можно устраивать гонки между "двуножками" левой и правой руки, между "двуножками" соседей по парте.

**"Слоны"** (Рузина М.С.) 3   
Средний палец правой или левой руки превращается в "хобот", остальные - в "ноги слона". Слону запрещается подпрыгивать и касаться хоботом земли, при ходьбе он должен опираться на все 4 лапы. Возможны также гонки слонов.   
В пальчиковых играх ["Многоножки"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games2.html#mnogonozhki), ["Двуножки"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games2.html#dvunozhki) и "Слоны" сначала дается задание "Кто быстрее всех добежит до края стола?", а затем "Кто МЕДЛЕННЕЕ всех, но ни разу не остановившись, дойдет до края стола?". Именно в таком виде игра становится игрой для гиперактивных, поскольку будет развивать умение сдерживаться.   
Чтобы игра не превратилась в постоянное развлечение учащихся и не мешала проведению других занятий, перед ее началом учитель должен четко сформулировать правила: начинать и заканчивать игру только по определенному сигналу. Одним из сигналов может стать карточка из игры ["Кричалки - шепталки - молчалки"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games1.html#krichalki).

**"Морские волны"** (Лютова Е.К., Монина Г. Б.) 3   
*Цель: научить детей переключать внимание с одного вида деятельности на другой, способствовать снижению мышечного напряжения.*   
По сигналу педагога "Штиль" все дети в классе "замирают". По сигналу "Волны" дети по очереди встают за своими партами. Сначала встают ученики, сидящие за первыми партами. Через 2-3 секунды поднимаются те, кто сидит за вторыми партами и т.д. Как только очередь доходит до обитателей последних парт, они встают и все вместе хлопают в ладоши, после чего дети, вставшие первыми (за первыми партами), садятся и т.д. По сигналу учителя "Шторм" характер действий и последовательность их выполнения повторяется, с той лишь разницей, что дети не ждут 2-3 секунды, а встают друг за другом сразу. Закончить игру надо командой "Штиль".

**"Ловим комаров"** (Лютова Е.К., Монина Г.Б.) 3   
*Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук, дать возможность гиперактивным детям подвигаться в свободном ритме и темпе.*   
Скажите детям: "Давайте представим, что наступило лето, я открыла форточку и к нам в класс (группу) налетело много комаров. По команде "Начали!" вы будете ловить комаров. Вот так! Педагог в медленном или среднем темпе делает хаотичные движения в воздухе, сжимая и разжимая при этом кулаки. То поочередно, то одновременно. Каждый ребенок будет "ловить комаров" в своем темпе и в своем ритме, не задевая тех, кто сидит рядом. По команде "Стой!" вы садитесь вот так: педагог показывает, как надо сесть (на свое усмотрение). Готовы? "Начали!"... "Стоп!" Хорошо потрудились. Устали. Опустите расслабленные руки вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь - снова за работу!"

**"Шапка-невидимка"** 4   
В течение 3 секунд надо запомнить все предметы, собранные под шапкой, и затем перечислить их.

**"Ищем буквы"** 5   
Эти задания способствуют развитию концентрации внимания и самоконтроля при выполнении школьниками письменных работ. Для их проведения потребуются любые печатные тексты (старые ненужные книги, газеты), карандаши, ручки. Для детей 6-11 лет желательно использовать тексты с крупным шрифтом.   
Для достижения какого-либо успеха это задание следует проводить минимум 5 раз в неделю по 5 минут. Занятия могут быть индивидуальными или групповыми.   
Теперь сама инструкция: В течении 5 минут нужно найти и зачеркнуть все встретившиеся буквы "А" (указывать можно любую букву): и маленькие и заглавные, и в названии текста, и в фамилии автора.   
По мере овладения игрой правила усложняются: меняются отыскиваемые буквы, по-разному зачеркиваются и так далее; одновременно отыскиваются две буквы, одна зачеркивается, другая подчеркивается; на одной строке буквы обводятся кружком, на другой отмечаются галочкой и т.п. По итогам работы подсчитывается число пропусков и неправильно зачеркнутых букв. Показатель нормальной концентрации внимания - 4 и меньше пропусков. Больше 4 пропусков - слабая концентрация.   
Проигрыш не должен вызывать чувства неудовлетворения у детей, поэтому можно ввести веселые "штрафы": столько раз промяукать, сколько сделано ошибок, прокукарекать, проскакать на одной ножке и так далее. Время игры не должно превышать 5 минут.

**"Найди слова - 1"** 5   
На доске или на чистом листе написаны слова, в каждом из которых необходимо отыскать другое, "спрятавшееся" в нем слово. Например: смех, волк, столб, коса, полк, зубр, удочка, мель, набор, укол, дорога.

**"Найди слова - 2"** 6   
Ребенку предъявляется буквенный текст, в котором вставлены слова. Ребенок должен найти и подчеркнуть эти слова:   
Бсолнцеитранвстолорюджиметокноггщищщашатмашинаро

**"Квадраты"** 6   
В квадрате 1 в случайном порядке расположены числа. В квадрате 2 эти числа надо расставить в возрастающем порядке.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Квадрат 1   |  | | --- | | 5 12 1 7   10 3 9 16   14 6 11 2 | | Квадрат 2   |  | | --- | |  | |

По мере тренировки надо увеличивать числа до 25, а в случае хороших результатов – до 30-40.

**"Симметричные рисунки"** 11   
*Цель: Развитие коммуникативных склонностей, умения работать с партнером.*   
Предлагается по образцу нарисовать предмет вместе со взрослым от оси: ребенок рисует справа (слева, если левша), взрослый - слева.   
Договариваются, каким карандашом. Взрослый определяет исходные точки. Карандаши ставят одновременно в одну точку и проводят в одном ритме.

**"Игры с чудесным мешочком"** 12   
*Цель: развитие кинестетических ощущений, восприятия цвета, формы, умения сотрудничать со взрослым.*   
На левую руку ребенку надевают волшебный "мешочек", в котором находятся изготовленные из плотного цветного картона (из пластика, из дерева) геометрические фигурки. Мешочек должен быть чуть больше ладошки (по краю отверстия пришивается резинка, сам мешочек лучше сшить из ярких разноцветных лоскутков).   
Наощупь ребенок левой рукой выбирает по заданию взрослого определенную геометрическую фигуру, а правой рисует на бумаге его контуры. Затем из мешочка вынимается выбранная фигурка, она сравнивается с нарисованной, раскрашивается тем же цветом, что и оригинал. Желательно, чтобы ребенок во время paботы произносил вслух название фигуры, цвета и те действия, которые он производит. Игру лучше проводить в такой последовательности: сначала в мешочке должны находиться предметы только одной формы (например, только треугольники, затем - двух форм, трех форм, четырех форм и т.д.   
Всякий раз (кроме первого варианта) ребенку дается такая установка: "Выбери такой предмет, как я тебе покажу". Или более сложный вариант: "Нарисуй предмет, который ты держишь в левой руке в мешочке" - в этом случае образец отсутствует, ребенок действует только по словесной инструкции.

**"Все помню"** 14   
Эту веселую игру можно провести вдвоем, втроем и даже вчетвером, состязаясь в умении запоминать слова в заданном порядке.   
За соблюдением этого условия следит судья, который по ходу игры ведет контрольный листок, записывая названные игроками слова. Слова подбираются на определенную тему, как, например, названия городов, названия растений или животных. Допустим, что тема игры - названия городов. Конечно, города лучше называть общеизвестные, их легче запомнить.   
Итак, начинаем игру. Участники состязания садятся в кружок.   
- Тула, - говорит один. Судья тотчас же записывает это слово в контрольный листок.   
Второй игрок, повторяя названный город, добавляет к нему название другого города:   
- Тула, Полтава.   
- Тула, Полтава, Омск, - объявляет третий.   
Если играют трое, то очередь переходит снова к первому. Он должен пополнить перечень городов еще одним названием. Так, каждый раз прибавляя по одному городу, играющие в свой очередной ход должны повторять все названные раньше города, упоминая их в том же порядке и не пропуская ни одного. Допустивший ошибку выбывает из игры. Оставшиеся продолжают состязание, пока кто-нибудь из них не окажется победителем.

**"Мой любимый фрукт"** 17   
Вариант игры ["Все помню"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games2.html#wse_pomnju).   
Участники стоят/сидят в кругу. Назвав себя по имени, каждый участник называет свой любимый фрукт; второй – имя предыдущего и его любимый фрукт, свое имя и свой любимый фрукт; третий – имена двух предыдущих и названия их любимых фруктов, а затем свое имя и свой любимый фрукт и т.д.

**"Мой день Рождения"** 17   
Как и в игре ["Мой любимый фрукт"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games2.html#frukt), участники по очереди называют свои имена, но к своему имени каждый участник добавляет еще дату своего дня рождения. Второй – имя предыдущего и дату его дня рождения, свое имя и дату своего дня рождения, третий – имена и дни рождения двух предыдущих и свое имя и дату своего дня рождения и т.д.

**"Перепутанные линии"** 5   
Прослеживание взглядом какой-либо линии от ее начала до конца, особенно когда она переплетается с другими линиями, способствует развитию сосредоточенности и концентрации внимания.

**"Где чей домик?"** 14   
Предложите ребенку рисунок с изображением семи разных зверюшек, каждая из которых спешит в свой домик. Линии соединяют животных с их домиками. Нужно определить, где чей домик, не проводя карандашом по линиям. Если же задание сложно для малыша, тогда разрешите со временем отложите карандаш в сторону.

**"Словесный ряд"** 14   
Называйте ребенку различные слова: стол, кровать, чашка, карандаш, медведь, вилка и т.д. Малыш внимательно слушает и хлопает в ладоши тогда, когда встретится слово, обозначающее, например, животное. Если малыш сбивается, повторите игру с начала.   
В другой раз предложите, чтобы ребенок вставал каждый раз, когда услышит слово, обозначающее растение. Затем объедините первое и второе задания, т.е. малыш хлопает в ладоши, когда слышит слова, обозначающие животных, и встает при произнесении слов, обозначающих какое-либо растение. Такие и подобные им упражнения развивают внимательность, быстроту распределения и переключения внимания, а кроме того, расширяют кругозор и познавательную активность ребенка. Хорошо проводить такие игры с несколькими детьми, желание, азарт и приз победителю сделают их еще более увлекательными.

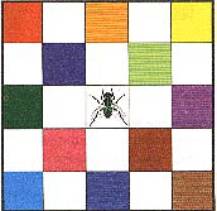
**"Что изменилось?"** 14   
Играть лучше всего с несколькими детьми. Все становятся в одну шеренгу. Ведущий вызывает одного ребенка и предлагает запомнить внешний вид каждого участника игры. На это дается 1-2 минуты. После этого малыш отворачивается или выходит в другую комнату. Оставшиеся участники игры вносят мелкие изменения в костюм или прическу: можно приколоть значок или, наоборот, снять его, расстегнуть или застегнуть пуговицу, поменяться друг с другом местами, изменить прическу и т.д. Затем запоминавший должен назвать те изменения в костюмах товарищей, которые ему удалось заметить.

**"Запомни порядок"** 17   
Участники должны встать полукругом и определить водящего. Водящий в течение нескольких секунд старается запомнить порядок расположения игроков. Затем по команде он отворачивается и называет порядок, в котором стоят товарищи. На месте водящего должны побывать все игроки по очереди.

**"Числовая таблица"** 14   
Покажите ребенку таблицу с набором чисел от 1 до 25, которые располагаются в произвольном порядке. Но вначале убедитесь, знает ли малыш все эти числа. Скажите ему: "Постарайся как можно быстрее находить, показывать и называть вслух числа от 1 до 25". Большинство детей 5-7 лет выполняют это задание за 1,5-2 минуты и почти без ошибок.   
Еще один вариант этой игры: приготовьте таблицу с 25 клетками, на которой в случайном порядке написаны числа от 1 до 35, из них 10 чисел пропущены. Попросите ребенка найти и показать все числа подряд, а пропущенные числа записать (если он не может записать цифры, то просто пусть назовет их вам). Зафиксируйте время, которое потребовалось ребенку для выполнения этого задания. Если же эти упражнения оказались трудными для сына или дочки, составьте более простую таблицу, например из 9 клеточек.

**"Сделай, как я!"** (со спичками) 15   
*Цель: увеличить объем внимания (результат достигается путем многократного повторения вариантов игры).*   
Дети играют парами. Первоначально у каждого ребенка по 6 спичек. Один, ведущий, выкладывает из 6 спичек произвольную композицию, затем на одну-две секунды показывает ее партнеру.   
Партнер из своих спичек выкладывает точно такую же фигуру по памяти. Затем дети меняются ролями. При успешном выполнении условия количество спичек постепенно увеличивается до 12-15.

**"Обезьянки"** 18   
(1,5-7 лет)   
*Цель игры: развитие внимания, координации движений, памяти.*   
Оборудование: кирпичики одного или нескольких цветов (у всех детей и ведущего наборы должны быть одинаковыми), или счетные палочки, или набор для игры "Танграм", "Вьетнамская игра" и т.д.   
Ход игры: ведущий предлагает детям: "Давайте мы с вами сегодня "превратимся" в обезьянок. Лучше всего обезьянки умеют передразнивать, повторять все, что видят". Ведущий на глазах у детей складывает конструкцию из кирпичиков (или из того материала, на котором проводится игра). Ребята должны возможно точнее скопировать не только конструкцию, но и все его движения.   
Вариант: построенную на глазах у детей конструкцию закрывают листом бумаги или коробкой и им предлагается сложить ее по памяти (потом результат сравнивается с образцом).

**"Муха"** 18   
(с 2 лет)   
*Цель игры: развитие умения ориентироваться на плоскости, активизация слухового внимания, стимулирование умения различать основные цвета.*   
Оборудование: игровое поле 5х5 клеток, которые через одну окрашены в разные цвета; центральная клетка занята изображением мухи; фишка — вырезанная из картонки муха.   
  
Игровая ситуация: сидела муха в своем домике, а потом решила выползти погулять. Ведущий говорит, в каком направлении и на сколько клеток муха продвинулась (три-четыре раза). Потом спрашивает у детей, на клеточку какого цвета приползла муха (или между какими цветами оказалась).   
Вариант: старшим детям, с 4,5 лет, можно предложить играть, не передвигая фишку-муху на индивидуальных полях, а отслеживая глазами путь мухи по демонстрационному полю.   
Вариант: дети 5-6 лет могут играть на двухцветном поле, представляющем собой аналог шахматной доски (где каждая клетка кодируется буквой и цифрой).   
Вариант: передвигая фишку-муху по клеткам, можно предложить детям (особенно младшего возраста) представить себе, что муха летает из одного магазина в другой и в каждом покупает какую-то вещь, еду и т. д. Когда после посещения десяти-двенадцати "магазинов" муха возвращается, все вместе вспоминают, что же лежит у нее в корзинке с покупками.

Другой вариант игры **"Муха"** 17   
Для этой игры требуется доска с расчерченным на ней девятиклеточным игровым полем 3Х3 и небольшая присоска (или кусочек пластилина). Присоска выполняет роль "дрессированной мухи". Доска ставится вертикально и ведущий объясняет участникам, что перемещение "мухи" с одной клетки на другую происходит посредством подачи ей команд, которые она послушно выполняет. По одной из четырех возможных команд ("вверх", "вниз", "вправо" и "влево") "муха" перемещается соответственно команде на соседнюю клетку. Исходное положение "мухи" - центральная клетка игрового поля. Команды подаются участниками по очереди. Играющие должны, неотступно следя за перемещениями "мухи", не допустить ее выхода за пределы игрового поля.   
После всех этих разъяснений начинается сама игра. Она проводится на воображаемом поле, которое каждый из участников представляет перед собой. Если кто-то теряет нить игры, или "видит", что "муха" покинула поле, он дает команду "Стоп" и, вернув "муху" на центральную клетку, начинает игру сначала. "Муха" требует от играющих постоянной сосредоточенности.   
Усложненный вариант игры: две мухи. Команды "мухам" подаются отдельно.

**"Ладошки"** 17   
Участники садятся в круг и кладут ладони на колени соседей: правую ладонь на левое колено соседа справа, а левую ладонь на правое колено соседа слева. Смысл игры заключается в том, чтобы ладошки поднимались поочередно, т.е. пробегала "волна" из поднимающихся ладошек. После предварительной тренировки ладошки, поднятые не вовремя или не поднятые в нужный момент, выбывают из игры.

**"Ай да я!"**   
Игра подходит ученикам младших и средних классов, которые уже умеют делить числа.   
Несколько учеников (5-7) выстраиваются в линейку и должны поочередно называть целые числа в порядке возрастания, начиная с единицы. Правило: нельзя называть числа, содержащие цифру 3 или кратные числу 3. Вместо этого участник должен сказать "Ай да я!" (другой вариант – молча хлопнуть в ладоши). Если ученик ошибся – он выбывает, и игра начинается с начала, пока не останется победитель.

**"Навуходоносор"**  
На доске записывается слово. Задание: составить из букв записанного слова как можно больше слов. Каждую букву можно использовать в каждом слове не больше, чем она встречается в заданном слове. Игра на время или на заданное количество слов (кто первым напишет). По окончании участники зачитывают по очереди составленные ими слова. Остальные зачеркивают у себя прочитанные слова. Выигрывает тот, кто составил больше слов.   
Например: потолок (пол, ток, около и т.д.), ярмарка (яр, марка, карма, кара и т.д.)

**"Угадай животное"**   
Можно играть вдвоем и больше. Каждый участник по очереди загадывает животное и описывает его: "Я знаю животное, которое..." (например: сумчатое, живет на дереве, обитает в Австралии; самое большое морское животное; домашнее животное, которое ловит мышей). Следующий участник должен отгадать. Если он затрудняется, загадавший животное участник может дополнить его описание.   
Рекомендуется использовать различные описания одного и того же животного, а также классификацию: домашнее, дикое, хищное; птица, рыба, насекомое и т.п.   
Эта игра удобна тем, что играть в нее можно где угодно и когда угодно: дома, на улице, в гостях и т.д.   
По этому же принципу можно играть в "транспортные средства", "одежду", "кухонные принадлежности" и т.д.

**"Третий лишний"**   
В эту игру можно играть после того, как ребенок усвоил классификацию предметов по группам и подгруппам: животные (дикие/домашние, морские/птицы и т.д.), транспортные средства (наземные, воздушные, морские), мебель, кухонные принадлежности, игрушки, одежда и т.д. Первый (начальный) вариант. Взрослый показывает ребенку карточки, на каждой из которых изображены три предмета: два относятся к одной группе, а третий - лишний. Например: дерево-цветок-дом. Ребенок должен определить и объяснить, что дом - лишний предмет, т.к. не является растением.   
Есть настольные развивающие игры с подобными карточками. Если у вас нет такой игры - то карточки несложно приготовить самим: нарисовать или вырезать и наклеить картинки. Можно также нарисовать или вырезать картинки предметов по отдельности и вместо карточки каждый раз класть перед ребенком три картинки, из которых две относятся к одной группе, а третья - лишняя.   
Второй (усложненный) вариант. Та же игра - только на слух: взрослый называет три предмета. Задача ребенка - определить, какой из названных предметов лишний и почему.   
Ребенок обязательно должен объяснить, почему он считает предмет лишним. По желанию родителей и ребенка можно также чередоваться: пусть ребенок тоже загадывает вам такие загадки.

**"Игра с геометрическими фигурами (форма-цвет-размер)"**  
Вырежьте из цветной бумаги 3 треугольника, 3 прямоугольника, 3 квадрата, 3 ромба, 3 круга, 3 эллипсы и 3 трапеции. В каждой тройке все фигуры должны быть разных цветов, 2 фигуры – одного размера, третья – другого (например: красный и синий треугольники одного размера и зеленый треугольник другого размера – больше или меньше предыдущих; желтый и красный прямоугольники одного размера и синий другого; и т.д.).   
Все фигуры выкладываются на стол в произвольном порядке. Взрослый берет одну фигуру и предлагает ребенку найти другую по одному из указаний:   
1) измени только форму (т.е. оставь цвет и размер)   
2) измени только цвет   
3) измени только размер   
4) измени только форму и цвет   
5) измени только форму и размер   
6)измени форму, цвет, размер   
Ребенок должен взять другую фигуру в соответствии с указаниями и объяснить свой выбор. Если к указаниям подходят несколько фигур, ребенок должен выбрать любую из них. В таком случае можно также попросить его показать дополнительные фигуры, отвечающие требованиям.   
Усложнить игру можно также, попросив ребенка выбрать фигуру, НЕ соответствующую указаниям, и обязательно объяснить, в чем это несоответствие выражается.   
Взрослый может чередоваться с ребенком в ролях ведущего и исполнителя: ребенку будет интересно почувствовать себя "экзаменатором". При этом ему потребуется самостоятельно выбрать фигуру и придумать указание, а также оценить ответ взрослого.

**"Запомни картинки"**  
Приготовьте картинки с изображением отдельных предметов (например: мяч, кошка, автомобиль и т.д.). Для начала хватит 5 картинок.   
Держите картинки так, чтобы ребенок их не видел. Поочередно покажите ему 2-3 картинки, каждую на несколько секунд. Затем попросите ребенка вспомнить, какие предметы он видел на картинках. Постепенно можно увеличивать количество картинок в одном сеансе показа (не раньше, чем ребенок запоминает без проблем меньшее число картинок).

1. Вадим Родионов и Мария Ступницкая. "Безобидный" непоседа".// Обруч, 1998 № 5. – с. 13 - 14   
   <http://pedlib.clx.ru/Books/3/0007/3_0007-4.shtml>
2. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 192 с., илл.   
   <http://pedlib.hut.ru/Books/shpargalka/shpargalkap13.html>
3. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 192 с., илл.   
   <http://pedlib.hut.ru/Books/shpargalka/shpargalkap14.html>
4. Шевченко Ю.,Шевченко М. Игры для гиперактивных детей. Журнал "Обруч" № 1 за 2000 г.   
   <http://www.nanya.ru/opit/4891> ("Няня.Ру: Все о детях")
5. Как помочь ребенку учиться: беседа с психологом.   
   <http://www.nanya.ru/opit/3414>("Няня.Ру: Все о детях")
6. Как развивать внимание младших школьников.   
   <http://parent.fio.ru/news.php?c=308&n=17149>
7. Некоторые упражнения для развития логической памяти младших школьников.   
   <http://parent.fio.ru/news.php?c=308&n=17332>
8. Игры на развитие творческих способностей 1   
   <http://www.eti-deti.ru/i_tv1.html>
9. Игры на развитие творческих способностей 2   
   <http://www.eti-deti.ru/i_tv2.html>
10. Простые рисунки   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_2.html>
11. "Симметричные рисунки"   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_3.html>
12. Игры с чудесным мешочком   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_4.html>
13. Развитие мышления и речи   
    <http://www.eti-deti.ru/i_mishlenie.html>
14. Развитие внимания   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vnimanie.html>
15. Развитие памяти   
    <http://www.eti-deti.ru/i_pamyati.html>
16. 7я.ру Родительская конференция по детской психологии.   
    <http://www.7ya.ru/conf/confer-theme.asp?cid=Psy&tid=6770>
17. Тренинги >> Упражнения на развитие внимания детей младшего школьного возраста   
    <http://azps.ru/training/2/trn6.html>
18. "Играть!" Ирина Томашпольская. Журнал "Обруч" 3-1999.   
    <http://ten2x5.narod.ru/game/obr1.htm>
19. Развитие памяти   
    <http://www.rustoys.ru/playroom/pam.htm>
20. Упражнения на развитие внимания   
    <http://www.rustoys.ru/playroom/vnim.htm>

**Подвижные игры**

**"Будь внимателен"** 1   
(Для дошкольников)   
Ребенок выполняет гимнастические упражнения по словесной команде, например: по команде "Зайчики!" - прыжки на месте; "Птицы" - взмахи руками; "Лягушки" - присесть и скакать вприсядку и так далее. Команды должны быть разнообразными и подаваться с различными интервалами.

**"Волшебное слово"** 1   
Ребенок повторяет упражнения за ведущим, но только в том случае, если тот говорит: "Пожалуйста!".

**"Подхвати палку"** 1   
Играющие, рассчитавшись по номерам, стоят в кругу (или сидят за столом). Ведущий придерживает пальцем гимнастическую палку (или карандаш). Внезапно он называет один из номеров и одновременно отпускает палку. Вызванный должен подхватить ее, пока она не упала. Поймавший становится ведущим.

**"Кричалки-шепталки-молчалки"** (Шевцова И.В.) 2   
*Цель: развитие наблюдательности, умения действовать по правилу, волевой регуляции.*   
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".

**"Гвалт"** (Коротаева Е.В., 1997) 2   
*Цель: развитие концентрации внимания.*   
Один из участников (по желанию) становится водящим и выходит за дверь. Группа выбирает какую-либо фразу или строчку из известной всем песни, которую распределяют так: каждому участнику по одному слову. Затем входит водящий, и игроки все одновременно, хором, начинают громко повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрав ее по словечку.   
Желательно, чтобы до того как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

**"Менялки"** (Автор неизвестен) 2   
*Цель: развитие коммуникативных навыков, активизация детей.*   
Игра проводится в кругу, участники выбирают водящего, который встает и выносит свой стул за круг, таким образом получается, что стульев на один меньше, чем играющих. Далее ведущий говорит: "Меняются местами те, у кого ... (светлые волосы, часы и т.д.). После этого имеющие названный признак должны быстро встать и поменяться местами, в то же время водящий старается занять свободное место. Участник игры, оставшийся без стула, становится водящим.

**"Броуновское движение"** (Шевченко Ю.С., 1997) 2   
*Цель: развитие умения распределять внимание.*   
Все дети встают в круг. Ведущий один за другим вкатывает в центр круга теннисные мячики. Детям сообщаются правила игры: мячи не должны останавливаться и выкатываться за пределы круга, их можно толкать ногой или рукой. Если участники успешно выполняют правила игры, ведущий вкатывает дополнительное количество мячей. Смысл игры - установить командный рекорд по количеству мячей в круге.

**"Час тишины и час "можно""** (Кряжева Н.Л., 1997) 2   
*Цель: дать возможность ребенку сбросить накопившуюся энергию, а взрослому - научиться управлять его поведением.*   
Договоритесь с детьми, что, когда они устанут или займутся важным делом, в группе будет наступать час тишины. Дети должны вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у них будет час "можно", когда им разрешается прыгать, кричать, бегать и т.д.   
"Часы" можно чередовать в течение одного дня, а можно устраивать их в разные дни, главное, чтобы они стали привычными в вашей группе или классе. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены.   
С помощью этой игры можно избежать нескончаемого потока замечаний, которые взрослый адресует гиперактивному ребенку (а тот их "не слышит").

**"Передай мяч"** (Кряжева Н.Л., 1997) 2   
*Цель: снять излишнюю двигательную активность.*   
Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Можно в максимально быстром темпе бросать мяч друг другу или передавать его, повернувшись спиной в круг и убрав руки за спину. Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

**"Сиамские близнецы"** (Кряжева Н.Л., 1997) 2   
*Цель: научить детей гибкости в общении друг с другом, способствовать возникновению доверия между ними.*   
Скажите детям следующее: "Разбейтесь на пары, встаньте плечом к плечу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнера. Теперь вы сросшиеся близнецы: две головы, три ноги, одно туловище и две руки. Попробуйте походить по помещению, что-то сделать, лечь, встать, порисовать, попрыгать, похлопать в ладоши и т.д." Чтобы "третья" нога действовала "дружно", ее можно скрепить либо веревочкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут "срастись" не только ногами, но спинками, головами и др.

**"Сиамские близнецы"** 9   
Сиамские близнецы - это два человека, некоторые части тела у которых общие. Игрокам предлагается разбиться на пары и стать такими близнецами: свободными должны остаться правая рука одного и левая другого. После этого они должны на время выполнить простые задания:   
- зажечь свечу с помощью спичек,   
- вдеть нитку в иголку,   
- завязать шнурок на ботинке.   
Побеждает пара, которая смогла это сделать быстрее остальных.

**"Зеваки"** (Чистякова М.И., 1990) 2   
*Цель: развитие произвольного внимания, быстроты реакции, обучение умению управлять своим телом и выполнять инструкции.*   
Все играющие идут по кругу, держась за руки. По сигналу ведущего (это может быть звук колокольчика, погремушки, хлопок руками или какое-нибудь слово) дети останавливаются, хлопают 4 раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успел выполнить задание, выбывает из игры. Игру можно проводить под музыку или под групповую песню. В таком случае дети должны хлопать в ладоши, услышав определенное слово песни (оговоренное заранее).

**"Колпак мой треугольный"** 2   
*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, 2 легких хлопка ладошкой по своей голове). В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово "колпак" и слово "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 только жестами всю фразу.   
Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.

**"Слушай команду"** (Чистякова М.И., 1990) 2   
*Цель: развитие внимания, произвольности поведения.*   
Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: "Положите правую руку на плечо соседа") и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений. Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание. Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям - успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности.

**"Расставь посты"** (Чистякова М.И., 1990) 2   
*Цель: развитие навыков волевой регуляции, способности концентрировать внимание на определенном сигнале.*   
Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т. д.). Чтобы слышать команды, дети должны передвигаться бесшумно.

**"Король сказал..."** 2   
*Цель: переключение внимания с одного вида деятельности на другой, преодоление двигательных автоматизмов.*   
Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. 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 сказал". Кто ошибется, выходит на середину круга 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" или "Командир приказал".

**"Запрещенное движение"** (Кряжева Н.Л., 1997) 2   
*Цель: игра с четкими правилами организует, дисциплинирует детей, сплачивает играющих, развивает быстроту реакции и вызывает здоровый эмоциональный подъем.*   
Дети стоят лицом к ведущему. Под музыку с началом каждого такта они повторяют движения, которые показывает ведущий. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять. Тот, кто повторит запрещенное движение, выходит из игры. Вместо показа движения можно называть вслух цифры. Участники игры повторяют хором все цифры, кроме одной, запрещенной, например, цифры "пять". Когда дети ее услышат, они должны будут хлопнуть в ладоши (или покружиться на месте).

**"Запрещенное слово"** 20   
Выбираем запрещенное слово, это может быть какой-либо цвет (желтый) или качество (маленький). Бросаем малышу мяч, одновременно задавая вопросы. (Море синее, а солнце? Какого цвета роза? А ромашка? Слон большой, а мышка?) Ребенок должен давать точный ответ, не забывая вместо запрещенных слов говорить "абракадабра".

**"Слушай хлопки"** (Чистякова М.И., 1990) 2   
*Цель: тренировка внимания и контроль двигательной активности.*   
Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу "аиста" (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу "лягушки" (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

**"Замри"** (Чистякова М.И., 1990) 2   
*Цель: развитие внимания и памяти.*   
Дети прыгают в такт музыке (ноги в стороны - вместе, сопровождая прыжки хлопками над головой и по бедрам). Внезапно музыка обрывается. Играющие должны застыть в позе, на которую пришлась остановка музыки. Если кому-то из участников это не удалось, он выбывает из игры. Снова звучит музыка - оставшиеся продолжают выполнять движения. Играют до тех пор, пока в кругу останется всего один игрок.

**"Давайте поздороваемся"** (Автор неизвестен) 2   
*Цель: снятие мышечного напряжения, переключение внимания.*   
Дети по сигналу ведущего начинают хаотично двигаться по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути (а возможно, что кто-либо из детей будет специально стремиться поздороваться именно с тем, кто обычно не обращает на него внимания). Здороваться надо определенным образом:   
1 хлопок - здороваемся за руку;   
2 хлопка - здороваемся плечиками;   
3 хлопка - здороваемся спинками.   
Разнообразие тактильных ощущений, сопутствующих проведению этой игры, даст гиперактивному ребенку возможность почувствовать свое тело, снять мышечное напряжение. Смена партнеров по игре поможет избавиться от ощущения отчужденности. Для полноты тактильных ощущений желательно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

**"Веселая игра с колокольчиком"** (Карпова Е.В., Лютова Е.К., 1999) 2   
*Цель: развитие слухового восприятия.*   
Все садятся в круг, по желанию группы выбирается водящий, однако, если желающих водить нет, то роль водящего отводится тренеру. Водящему завязывают глаза, а колокольчик передают по кругу, задача водящего - поймать человека с колокольчиком. Перебрасывать колоколъчик друг другу нельзя.

**"Слалом-гигант"** 4   
Из стульев делаются две параллельные "трассы" слалома, которые соревнующиеся команды должны преодолеть, двигаясь в оба конца вперед спиной. Тот, кто, лавируя между стульями, заденет один из них, возвращается на старт для повторной попытки. Побеждает команда, первой прошедшая трассу без ошибок.

**"Гонка за лидером"** 4   
Двое участников состязания стоят за кругом из расставленных стульев. Они находятся по оба конца диаметра круга. Одновременно взяв старт, игроки бегут змейкой, вперед спиной, стараясь догнать соперника. Победитель выявляется через пять кругов. Если до этого кто-то три раза задел за стул, то считается побежденным.

**"Запомни ритм"** 4   
Ведущий предлагает участникам повторить за ним ритмическую модель, которую он воспроизвел с помощью хлопков. Для тех, кто не запомнил услышанный образец, дается ориентир в виде цифровой записи его, где цифра изображает число непрерывно, через равные интервалы следующих друг за другом хлопков, а тире между ними - паузы (например, 1-1-3-4-2). Для облегчения задачи предлагается вслух считать число хлопков в соответствии с их зрительным изображением. После освоения всеми ритмической мелодии она воспроизводится по кругу в индивидуальном, а затем - нарастающем темпе. Сбившийся выбывает.

**"Машинка"** 4   
По той же схеме, что и в игре ["Запомни ритм"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games1.html#zapomni_ritm), осваивается пантомимическая модель, состоящая из последовательных групп движений, каждой из которых придумываются условные обозначения (два "квадрата", две "гармошки", один "квадрат").

**"Повтори за мной"** 4   
Игра на основе игр ["Запомни ритм"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games1.html#zapomni_ritm) и ["Машинка"](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games1.html#mashinka). Первый участник демонстрирует сопернику собственный ритм или пантомимическую модель в расчете на то, что их сложно повторить. Если соперник не сумел точно воспроизвести задание, автор должен сам повторить свои действия, в противном случае он же и выбывает. Если автор воспроизвел свою модель, то выбывает соперник. Если же последний справился с заданием, то уже он предлагает следующему свой образец для повтора.

**"Мяч в круге"** 4   
Стоя в круге, участники перебрасывают друг другу 1, 2, 3 и более мячей, сигнализируя о своих намерениях без помощи слов. Выбывает тот, чей брошенный мяч не был пойман.

**"Волейбол без мяча"** 4   
Две команды по шесть человек имитируют игру в волейбол по правилам (на три паса), но без мяча, а за счет обмена взглядами и соответствующих движений.

**"Скамья запасных"** 4   
Выбывший из какой-либо игры должен сидеть на стуле до ее окончания. Если он встанет со стула или будет вертеться, на всю команду налагается штрафное очко или засчитывается поражение.

**"Восковая скульптура"** 4   
До окончания игры каждый участник должен оставаться в той позе, в какой его оставил "скульптор".

**"Живая картина"** 4   
Создав сюжетную сценку, ее участники замирают до тех пор, пока водящий не отгадает название картины.

**"Автомобиль"** 4   
Дети выступают в роли деталей автомобиля ("колеса", "дверцы", "багажника", "капота" и т.п.), из которых водящий собирает автомобиль.

**"Сила честности"** 4   
Каждый член команды должен по очереди отжиматься от пола столько раз, сколько сможет, но "честно", т.е. не сгибаясь, полностью касаясь грудью пола и подымаясь на вытянутые руки. Как только "честный" отжим не получается, игрока сменяет партнер по команде, а сам он становится в конец строя. Побеждает команда, первой набравшая 100 "честных" отжиманий. То же можно предложить с качанием пресса.

**"Съедобное – несъедобное"** 17   
Ведущий по очереди кидает участникам мячик и при этом называет предметы (съедобные и несъедобные). Если предмет съедобный, мячик ловится, если нет - отбрасывается.

**"Подскажи молча"** 4   
Там, где по условиям игры дети подсказывают друг другу, это разрешается делать, но только молча. Выкрикнувший подсказку штрафуется или наказывается вся команда.

**"Продолжи ритм"** 4   
Каждый участвует в непрерывном воспроизведении освоенного ритма, имея право только на один хлопок после соседа в круге. Опоздавший со своим хлопком, не выдержавший паузы или сделавший лишний хлопок выбывает.

**"Скалолазы"** 4   
Участники должны пройти вдоль свободной стены, прислоняясь к ней раз за разом минимум тремя конечностями. Кто оторвал или передвинул одновременно две конечности, считается "сорвавшимся" и возвращается на старт. Побеждает команда, первая всем составом добравшаяся до противоположного угла.

**"Личный подвиг"** 4   
Несдержанному, импульсивному ребенку дается индивидуальное задание - подняв для ответа руку, самому ее опустить и обдумать то, что хочешь сказать, вновь поднять руку, опять ее опустить и обсудить предполагаемый ответ с соседом. Только после этого вновь поднять руку.

**"Кукловод"** 15   
*Цель игры: активизировать двигательную память ребенка.*   
Вариант 1. Воспитатель-"кукловод" завязывает глаза ребенку и "водит" его, как куклу, по несложному маршруту, держа за плечи, в полном молчании: 4-5 шагов вперед, остановка, поворот направо, 2 шага назад, поворот налево, 5-6 шагов вперед и т.д.   
Затем ребенку развязывают глаза и просят самостоятельно найти исходную точку маршрута и пройти его от начала до конца, вспоминая свои движения.   
Вариант 2. Дети могут делать такие упражнения парами: один - "кукловод", другой - "кукла".   
Вариант 3. Движения постепенно можно усложнять, увеличивая продолжительность маршрута и включая ряд несложных физкультурных упражнений: наклонить "куклу", согнуть руки, заставить присесть, сделать полный оборот через левое плечо и т. д.

**"Шариковые бои"** 16   
В тазик с водой опустите несколько теннисных шариков. Такое же количество дайте ребенку. С расстояния 0,5-1 метр (в зависимости от возраста) предложите ему сбивать "мокрые" шарики "сухими". Если "мокрый" сбит, его нужно вытащить, если нет, то "сухой" шар остается в тазике. Игра заканчивается, когда в воде не останется ни одного шарика.

**"Рубка дров"** 16   
Попросите ребенка представить, что ему необходимо нарубить дрова. Пусть покажет, какой толщины кусок бревна, который он собирается разрубить. Бревно можно поставить на воображаемый пень и, подняв топор высоко над головой, приступить к работе. Всякий раз, когда ребенок с силой будет опускать топор, он должен громко выкрикивать: "Ха!". Через некоторое время спросите, сколько чурок он нарубил. Игра "Рубка дров" поможет переключиться ребенку на активную деятельность после малоподвижных занятий, выплеснуть накопившуюся агрессивную энергию.

**"Подушечные бои"** 16   
Вы можете сами поиграть с ребенком или предложить, если есть возможность, под вашим контролем "сразиться" с другими детьми. Небольшие подушки кидают друг в друга, издавая победные крики. Игра поможет детям непосредственно за событием, вызвавшим агрессию, выплеснуть гнев, а не подавлять его и не загонять вглубь.   
Разрядиться поможет и громко спетая ребенком любимая песня, прыжки со скакалкой, "догонялки" с домашними животными (если есть), настольные игры - футбол, хоккей. Можно поломать игрушки (те, что не жалко), разорвать бумагу или газету, устроить соревнование "Кто громче крикнет, выше прыгнет, быстрее добежит", пометать дротики в мишень.

**"Клубочек"** 16   
Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Скажите ему, что этот клубок не простой, а волшебный. Как только он начнет его сматывать, то сразу же успокоится. Когда игра станет для ребенка привычной, он сам будет просить дать ему "волшебные нитки", почувствовав, что огорчен, устал или злится. Размер клубка постепенно может становиться все больше и больше.

**"Археология"** 16   
Опустите кисти рук в тазик с песком (его можно заменить крупой, предварительно прокалив ее в горячей духовке) и засыпьте их. Предложите ребенку осторожно "откопать" ваши руки. При этом нельзя дотрагиваться до кистей. Как только он закончит раскопки, поменяйтесь с ним ролями.

**"Летает – не летает"** 17   
Дети садятся или становятся полукругом. Ведущий называет предметы. Если предмет летает - дети поднимают руки. Если не летает - руки у детей опущены. Ведущий может сознательно ошибаться, у многих ребят руки непроизвольно, в силу подражания будут подниматься. Необходимо своевременно удерживаться и не поднимать рук, когда назван нелетающий предмет.

**"Море волнуется"** и другие игры типа **"Замри - отомри".** 4

[**"Съедобное - несъедобное"**](http://adhd-kids.narod.ru/articles/games1.html#sjedobnoe)**, "Черное с белым не носить", "да" и "нет" не говорить** и подобные игры, требующие самоконтроля во избежание импульсивных реакций. 4

Игры типа **"Угадай мелодию".** 4

**"Попрыгаем как..."** 9   
Выбирают водящего. Остальные игроки делятся на две команды и строятся в две шеренги по одному за линией старта. По сигналу начинается игра. Участники должны по очереди пропрыгать всю дистанцию как:   
- кенгуру,   
- лягушка,   
- воробей.   
Ни в коем случае нельзя переходить на другой вид прыжков. Ошибившийся выбывает из игры или с команды снимаются очки. Побеждают набравшие больше очков.

**"Выразительные движения"** 9   
Делятся на две команды. Из одной выходит игрок и пытается лишь одними движениями показать разные эмоции:   
- радость,   
- испуг,   
- злость,   
- удивление.   
Вторая команда должна угадать, что было изображено.

**"Перенести стул"** 9   
Игроки выполняют следующее задание - перенести с места на место стул:   
- как будто это мешок с золотом,   
- как будто это наполненный до краёв чан с водой,   
- как будто игрок идёт по минному полю.

**"Привет!"** 9   
Всем известно, что слово "привет" можно заменять жестами - пожать руку, снять шляпу, даже потереться носами. Участникам предлагается поздороваться жестами, которые могли бы быть у туземцев:   
- племени людоедов У-ху-ху,   
- племени прыгающих дикарей Ай-яй-яй,   
- племени танцующих дикарей Ля-ля-ля.

**"Взаправдашнее падение"** 9   
Здесь каждому участнику игры предлагается выполнить простое задание - упасть словно:   
- он подскользнулся на банановой кожуре,   
- его ранили в грудь,   
- его ударило током.

**"Галерея неудачников"** 9   
Выбирают водящего, который даёт остальным участникам задание изобразить, замерев на месте:   
- вратаря, поймавшего шайбу зубами,   
- гимнаста, забывшего выйти из пируэта,   
- метателя диска, который по ошибке метнул бумеранг.   
В итоге получится целая галерея с названием "жертвы спорта". Водящий выбирает победителя.

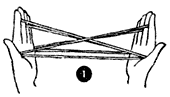
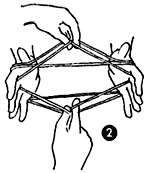
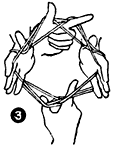
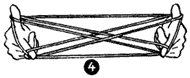
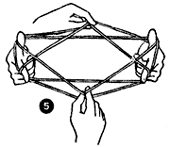
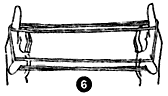
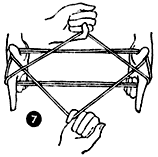
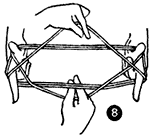
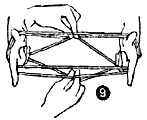
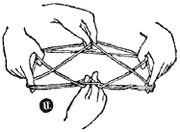
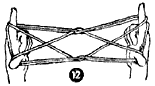
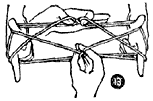
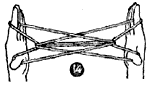
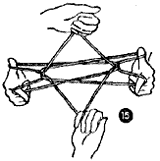
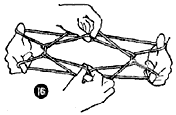
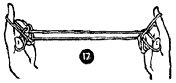
**"Выразительная походка"** 9   
Походка человека может многое сказать о её владельце. Здесь участника просят изобразить походку человека, который:   
- оказался совсем один ночью в глухом лесу,   
- купил себе ботинки на размер меньше,   
- со всей силы пнул коробку, а в ней оказался кирпич.   
Остальные должны угадать изображаемую ситуацию.

**"Живой прибор"** 9   
Эта игра выявляет талант к пародированию. Суть - как можно точнее изобразить бытовые приборы:   
- утюг,   
- будильник,   
- телефон.   
Остальные должны угадать.

1. Вадим Родионов и Мария Ступницкая. "Безобидный" непоседа".// Обруч, 1998 № 5. – с. 13 - 14   
   <http://pedlib.clx.ru/Books/3/0007/3_0007-4.shtml>
2. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 192 с., илл.   
   <http://pedlib.hut.ru/Books/shpargalka/shpargalkap13.html>
3. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. М.: Генезис, 2000. - 192 с., илл.   
   <http://pedlib.hut.ru/Books/shpargalka/shpargalkap14.html>
4. Шевченко Ю.,Шевченко М. Игры для гиперактивных детей. Журнал "Обруч" № 1 за 2000 г.   
   <http://www.nanya.ru/opit/4891> ("Няня.Ру: Все о детях")
5. Как помочь ребенку учиться: беседа с психологом.   
   <http://www.nanya.ru/opit/3414>("Няня.Ру: Все о детях")
6. Как развивать внимание младших школьников.   
   <http://parent.fio.ru/news.php?c=308&n=17149>
7. Некоторые упражнения для развития логической памяти младших школьников.   
   <http://parent.fio.ru/news.php?c=308&n=17332>
8. Игры на развитие творческих способностей 1   
   <http://www.eti-deti.ru/i_tv1.html>
9. Игры на развитие творческих способностей 2   
   <http://www.eti-deti.ru/i_tv2.html>
10. Простые рисунки   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_2.html>
11. "Симметричные рисунки"   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_3.html>
12. Игры с чудесным мешочком   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vzrosl_4.html>
13. Развитие мышления и речи   
    <http://www.eti-deti.ru/i_mishlenie.html>
14. Развитие внимания   
    <http://www.eti-deti.ru/i_vnimanie.html>
15. Развитие памяти   
    <http://www.eti-deti.ru/i_pamyati.html>
16. 7я.ру Родительская конференция по детской психологии.   
    <http://www.7ya.ru/conf/confer-theme.asp?cid=Psy&tid=6770>
17. Тренинги >> Упражнения на развитие внимания детей младшего школьного возраста   
    <http://azps.ru/training/2/trn6.html>
18. "Играть!" Ирина Томашпольская. Журнал "Обруч" 3-1999.   
    <http://ten2x5.narod.ru/game/obr1.htm>
19. Развитие памяти   
    <http://www.rustoys.ru/playroom/pam.htm>
20. Упражнения на развитие внимания   
    <http://www.rustoys.ru/playroom/vnim.htm>

Веревочные узоры

В Англии эту игру называют "кошкина кроватка", на Гавайских островах - "сеточка", на Целебесе - "лесенка-лесенка". В нее играют дети эскимосов и индейцев, австралийцев и японцев, яванцев и шведов, французов и арабов. Впрочем, у каждого народа свои варианты этой игры.  
Что же это за игра? Она, несомненно, известна и многим из наших читателей. Ведь это та самая игра с веревочкой, которую любят ребята младшего школьного возраста. Устроятся две девочки где-нибудь на скамейке, свяжут концы припасенной заранее веревочки. А потом снимают друг у друга с рук затейливые узоры, которые образуют веревочные переплетения. Вспоминаете?  
Приводим здесь один из вариантов некогда популярной на Руси забавы. Игра эта прекрасно тренирует внимание и координацию движений.

Участвуют в игре двое. Инвентарь - шнурок длиной в полтора метра. Его концы нужно связать, чтобы получилась замкнутая петля. Участники этого нехитрого развлечения последовательно снимают с рук друг у друга восемь различных узоров.  
Для удобства описания игры назовем партнеров А и Б. Слова "ближний", "дальний", "левый", "правый" описывают расположение участков шнурка относительно того участника, на руках которого в данный момент находится шнурок.  
Первый узор - "колыбелька".  
А продевает по четыре пальца каждой руки в петлю (большие пальцы остаются снаружи) и раздвигает руки. Затем указательным и большим пальцами правой руки берет ближний шнурок около левой руки и обводит его вокруг ладони и тыльной стороны левой руки (большой палец снова остается снаружи). То же самое проделывается и на правой руке. Теперь шнурок дважды проходит по тыльной стороне каждой руки и один раз - по ладони.  
Далее А подсовывает средний палец левой руки под шнурок, проходящий по ладони правой руки, и разводит руки в сторону. Затем средний палец правой руки подсовывается под шнурок, проходящий по ладони левой руки (надо следить, чтобы при этом средний палец двигался внутри петли, образованной предыдущим движением). Теперь А разводит руки с стороны, и "колыбелька" готова (рис. 1).  
Второй узор - "коврик". Теперь вступает в дело Б. Кончиками указательного и большого пальцев левой руки он захватывает идущие от средних пальцев А ближние шнурки в том месте, где они перекрещиваются. Точно так же указательным и большим пальцами правой руки Б берет дальние шнурки, идущие от средних пальцев партнера.  
Затем, не выпуская шнурков, Б разводит руки (при этом правая рука удаляется от А, а левая приближается к нему (рис. 2) и продевает большой и указательный пальцы обеих рук снаружи-снизу под соответствующие боковые шнурки "колыбельки" (рис. 3).  
Теперь Б остается развести руки в стороны и, сняв бечевку с рук А, раздвинуть большие и указательные пальцы. Получится "коврик" (рис. 4). Этот узор образован четырьмя петлями, пересекающимися посредине, и двумя боковыми шнурками. Теперь за дело снова берется А. Он может превратить "коврик" в "поле".  
А сверху захватывает большим и указательным пальцами левой руки ближнее пересечение шнурков, идущих от больших пальцев Б. Аналогично большим и указательным пальцами правой руки А захватывает дальнее пересечение шнурков, идущих от указательных пальцев Б. Затем, не разжимая пальцев, А разводит руки (при этом правая рука удаляется от Б, а левая - приближается к Б), сверху-снаружи продевает их под крайние шнурки (рис. 5).  
Теперь сжатые большие и указательные пальцы обеих рук располагаются рядом в центре бывшего "коврика" и высовываются из него вверх. И последняя операция: А разводит руки в стороны, натягивая шнурок, и раздвигает большие и указательные пальцы.  
Перед вами - "поле" (рис. 6). Оно образовано петлями, соединяющими большие пальцы, петлями, соединяющими указательные пальцы, а также шнурком, проходящим по тыльной стороне указательных и больших пальцев.  
Из "поля" можно сделать "перевернутую колыбельку". Это будет четвертый узор. Его исполнитель - Б. Он поворачивает левую руку ладонью вверх и подцепляет сгибом мизинца ближний шнурок, соединяющим указательные пальцы А, и вытягивает его поверх "поля" по направлению к А. Затем Б поворачивает правую руку ладонью вверх, подцепляет сгибом мизинца дальний шнурок, соединяющий большие пальцы А, и оттягивает его поверх "поля" в сторону от А (рис. 7).  
Пригнув мизинцы к ладоням так, чтобы шнурки не выскользнули, Б поворачивает руку ладонью вниз и поддевает сомкнутые указательный и большой пальцы левой руки снаружи под ближний двойной шнурок, соединяющий большие пальцы А.  
Такая же манипуляция проделывается и правой рукой (рис. 8). И в заключение нужно развести руки (следите, чтобы шнурки не соскользнули с мизинцев), раздвинуть большие и указательные пальцы. "Перевернутая колыбелька" готова. Она в точности такая же, как и первый узор, только перевернута "вверх дном".  
Из "перевернутой колыбельки" можно снова сделать "коврик". На этот раз его изготовит А. Он берет "перевернутую колыбельку" с рук Б точно таким же способом, каким Б брал с его рук "колыбельку" - узор, с которого начиналась игра. Только на этот раз большой и указательный пальцы каждой руки (в них зажаты скрещения шнурков) А разводит в стороны и сверху-снаружи опускает в центр "перевернутой колыбельки" (рис. 9). Затем А разводит руки в стороны, раздвигает большие и указательные пальцы (они http://adhd-kids.narod.ru/images/rope10.gifповернуты вниз), и снова получается "коврик". Отличие лишь в положении рук создателя этого узора (рис. 10).  
Теперь на очереди "ромбик" - шестой узор.  
Б снимает "коврик" с рук А точно так же, как А снимал первый "коврик" с рук Б, чтобы сделать "поле" (рис. 11).  
В результате получаются петли на больших пальцах и на указательных пальцах, как и в случае "поля". Но узор выглядит совершенно иначе (рис. 12).  
В центре ромб, а по углам четыре треугольника.  
Седьмой узор - "рыба на блюде".  
Его делает А из "ромбика". Он опускает указательный палец правой руки в дальний левый треугольник, а большой палец той же руки - в дальний правый треугольник и захватывает ими шнурки в том месте, где они скрещиваются. Соответственно большим и указательным пальцами левой руки А зажимает ближнее скрещивание шнурков. Затем, не отпуская шнурков, А поворачивает руки так, чтобы кончики указательных и больших пальцев были направлены вверх (рис. 13), разводит их в стороны, снимает узор с рук Б и натягивает шнурок. Получилась "рыба на блюде" (рис. 14). Она похожа на "ромбик", только в нем прибавилась двойная диагональ. Но если немного пофантазировать, то можно увидеть, например, селедку, уложенную на продолговатое блюдо.  
И, наконец, в заключение "рыбу на блюде" можно превратить в "мостик".  
Делается это так. Вначале Б выравнивает шнурки, образующие диагональ, так, чтобы они не перекрещивались. Затем он поворачивает левую руку ладонью вверх, сгибом мизинца подцепляет ближний из двух шнурков, образующих диагональ, и вытаскивает его наружу (по направлению к А). Затем Б поворачивает ладонью вверх правую руку и сгибом мизинца проделывает такую же операцию с оставшимся шнурком диагонали (этот шнурок вытягивается наружу в сторону от А) (рис. 15).  
Далее он опускает большой палец правой руки в правый дальний треугольник, а указательный палец - в левый дальний треугольник и зажимает этими пальцами шнурки там, где они скрещиваются. Аналогичная операция повторяется большим и указательным пальцами левой руки с ближним скрещением шнурков. Далее Б поворачивает руки так, чтобы кончики больших и указательных пальцев были направлены вверх (рис. 16). И, наконец, Б разводит руки, снимает узор с рук А, натягивает шнурок и раздвигает большие и указательные пальцы обеих рук. Получилось нечто вроде подвесного "мостика" (рис. 17).  
Вот и все. Вариантов игры в веревочку много. Ребят надо научить этой полезной игре, тренирующей наблюдательность и координацию движений.  
Они будут с удовольствием проводить время за этой нехитрой забавой.

1. *Развивающая система обучения Л.Занкова*   
   <http://www.zankov.ru/break/game4.asp>