

Коррекционно–развивающие игры для детей СДВГ.

«СЛУШАЙ ХЛОПКИ»

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.

«СЛУШАЙ КОМАНДУ»

Цель: развитие внимания, произвольности поведения. Контроль двигательной активности. 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.

«НАЙДИ ОТЛИЧИЕ»

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.

«КОЛОКОЛЬЧИК»

Цель: развитие слухового восприятия, слухового внимания, снятие ситуативных страхов, застенчивости.

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 колокольчик друг другу нельзя.

«ПЕРЕДАЙ МЯЧ»

Цель: снять излишнюю двигательную активность.

Сидя на стульях или стоя в кругу, играющие стараются как можно быстрее передать мяч, не уронив его, соседу. Или же дети встают в круг, но на этот раз спиной, а руки отводят назад - так передать мяч будет значительно сложнее.

Усложнить упражнение можно, попросив детей играть с закрытыми глазами или используя в игре одновременно несколько мячей.

«Ловим комаров»

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 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 ноги вниз, встряхните несколько раз ладонями. Пусть руки отдыхают. А теперь — снова за работу!"

«Разговор с телом»

На пол постелить большой ватман или рулон светлых обоев. Ребёнок ложится на бумагу, ведущий обводит контур фигуры ярким фломастером.

После этого ведущий вместе с ребёнком ведут беседу.

Нужно что бы ребёнок сам ответил на следующие вопросы:

-Давай раскрасим твой силуэт разными цветами. Какие цвета ты выберешь для рук, ног, головы, туловища?

-Бывают ли такие ситуации, когда твоё тело тебя подводит и не слушается?

Как ты себя ведешь в таких случаях?

А как долго ты можешь просидеть на стуле и не двигаться? Какие части тела хотят двигаться в первую очередь?

Сможешь ли ты договориться с телом, чтобы оно тебя слушалось?

Давай договоримся, что ты и твоё тело будут стараться лучше понимать друг друга.

Упражнение-антистресс

Цель: (успокоение в моменты выброса отрицательной энергии)

Обнимаете крепко ребёнка, прижав его спиной к себе спиной, фиксируете руки крест-накрест на предплечьях. Говорите тихо, низким голосом, напевно:

тик-так, тик-тик, ходят ходики у нас,

тик-так, тик-так, наступает тихий час.

Тик-так, тик-тик, смотрит белая луна,

Тик-так, тик-так, как приходит тишина...

При этом раскачиваете тело ребёнка слева направо, крепко удерживая, чтобы он не вырвался.

А потом раздастся – БОМ! (*наклоняете ребёнка вперёд или чуть встряхиваете*).

И проснётся старый дом.