

### УПРАЖНЕНИЕ «МУХА».

В тетради расчертите квадрат 5 x 5. Поясните ребенку, что это окно, по которому ползает муха. Она может передвигаться по клеточкам вверх, вниз, влево и вправо.

**Первый вариант игры:** вы называете направление движения, а ребенок следит глазами за «маршрутом» мухи. Когда вы останавливаетесь, ребенок показывает, в какой клеточке оказалась муха. *Важно:* возвращаться в клеточку, откуда муха только пошла, нельзя!

**Второй вариант игры:** поочередно вы и ребенок называете по одному ходу. Главное – не потерять муху и не сбиться, чтобы она не улетела с окна (то есть не выйти за пределы поля).

**Третий вариант игры:** участвуют 3 и более человек. Правила, как во втором варианте.

	1	2	3	4	5
А					
Б					
В					
Г					
Д					

### УГАДАЙ-КА

Это знакомая многим взрослым игра. Один загадывает какой-либо из обстановки предмет, другой должен отгадать с помощью вопросов, на которые надо отвечать "да" или "нет". Если центральный игрок, который что-то загадал, дает отрицательный ответ на вопрос, он к тому же должен снабдить его пояснением. Например, на вопрос "это круглое?", дается не просто ответ "нет", а "нет, это не мяч". Это добавляет игре путаницы и веселья. Однако суть остается той же: надо охватить все возможные свойства объектов и путем их постепенного отсекания прийти к правильному решению.

Комментарий: в эту игру лучше играть с детьми не младше 9 лет. Она также вполне интересна для взрослых. В нее часто играют походники в поезде и вообще люди, которые вынуждены как-то коротать длительное время.

Эти задания развивают способность ребенка выделять и удерживать значимые признаки ситуации, отсекая лишнее, и принимать решение, основываясь на полном наборе необходимых условий. В такие игры можно играть хоть каждый день. Устные формы, для которых не требуется дополнительный материал, удобны, чтобы использовать их по пути куда-нибудь, в транспорте, например. Чем больше ребенок будет анализировать, тем лучше

### УПРАЖНЕНИЕ «ДА И НЕТ».

Вы в быстром темпе задаете ребенку вопросы. Отвечая на них, слова «да» и «нет» говорить нельзя. Можно использовать любые другие ответы. Внизу представлен примерный список вопросов на одну игру. На последующие игры вы заранее придумываете другие вопросы подобного характера.

- |   |                                 |
|---|---------------------------------|
| - Ты девочка (мальчик)?                 | - Тебе 9 лет?                   |
| - В школу ходишь?                       | - Ты любишь смотреть телевизор? |
| - Соль сладкая?                         | - Снег белый?                   |
| - Птицы летают?                         | - Гуси мяукают?                 |
| - Мячик квадратный?                     | - Сейчас зима?                  |
| - Мороженое сладкое?                    | - Кошка – это птица?            |
| - Тебе нравятся уроки в школе?          | - Огурец зелёный?               |
| - Ты любишь слушать сказки?             | - У тебя красная кофточка?      |
| - Ты любишь играть во дворе с ребятами? | - Ты любишь смотреть мультики?  |
|   | - Тебе нравится болеть?         |

### УПРАЖНЕНИЕ «ЧЕТЫРЕ СТИХИИ».

Ребенок по вашей команде выполняет определенное движение руками. Команды даются вразброс.

<i>Команда</i>	<i>Движение руками</i>
«Земля»	Опускает руки вниз
«Вода»	Вытягивает руки вперед
«Воздух»	Поднимает руки вверх
«Огонь»	Вращает руками вверху в локтевых и лучезапястных суставах

### «ПЧЕЛКИ».

Ребенок - пчела, которая «летает» и громко жужжит. По вашему сигналу «Ночь» - «пчелка» садится и замирает, по сигналу «День» - снова летает и громко «жужжит».

### УПРАЖНЕНИЕ «БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН».

Ребенок марширует по кругу. Вы в произвольном порядке, с разными интервалами и попеременно даете команды. В соответствии с командой ребенок выполняет разные движения.

<i>Команда</i>	<i>Движение</i>
«Зайчики!»	Прыгает, имитируя движение зайца
«Лошадки!»	Ударяет ногой об пол, как будто лошадь бьет копытом
«Раки!»	Пятится спиной, как рак
«Птицы!»	Бегаёт, раскинув руки (имитация полета птицы)
«Аист!»	Стоит на одной ноге
«Лягушка!»	Приседает и скачет вприсядку
«Собачки!»	Сгибает руки (имитация движения «собака служит»)
«Курочки!»	Руки складывает ладонями, подносит к носу и «клюет зернышки»
«Коровки!»	Встает на руки и ноги (4 ноги у коровы) и таким образом передвигается

### УПРАЖНЕНИЕ «БУКВЫ».

На бланке расположены ряды попеременно сочетающихся восьми букв (см. бланк на след. стр.). В течение 5-ти минут ребенок должен искать три буквы и по-разному их обозначать: одну зачеркивать, другую подчеркивать, третью обводить в кружочек.

По окончании времени, вы останавливаете работу ребенка и проверяете ошибки. Под последней строчкой подводите черту.

Для следующего раза в задании вы пишете другие буквы или их сочетание и по-разному их обозначаете.

Это упражнение ребенок должен выполнять 2-3 раза в неделю в течение месяца.

Бланк к упражнению «Буквы».

С Х А В С Х Е В И Х Н А И С Н Х В К В К С Н А И С В  
В Н Х Е В С Н А В С А В С Н А Е В К А Х В К Е С В С  
Н Х И С Х В Х Е К В Х И В Х Е И С Н Е И Н А И Е Н К  
Х А К Х Н С К А И С В Е К В Х Н А И С Н К Е К Х И С  
И С Н А И Х А Е Х К И С Н А И К Х Е Х Е И С Н А Х К  
С Н А И С В Н К Х В А И С Н А Х Е К Е Х С Н А К С В  
К Х К Е К Н В И С Н К Х В Е Х С Н А И С К Е С К И К  
А И С Н А Е Х К В Е Н В Х Е Е А И С Н К А И К Н В Е  
К А Х В Е И В Н А Х И Е Н А И К В И А Е К Е И В А К И  
Н К Е С Н К С В Х И Е С В Х К Н К В С К В Е В К Н И  
К Е И Е В К А И С Н А С Н А И С Х А К В В С А Н К А  
А В С Н А Х К А С Е С Н А И С Е С Х К В А И С Н А С  
В И К В Е Н А И Е Н Е К Х А В И Х Н В И Х К К Е Х Н  
Н К Е Х В И В Н А Е И С Н В И А Е В А Е Н Х В Х В И  
К Е И С Н Е С А Е И Х В К Е Е Е И С Н А Е А И С Н К  
С А К Е А К Х Н В С К Х Е К Х Н А И С Н К В Е В Е С  
И С Н Е И С Н В И Е Х К В Х Е И В Н А К И С Х А И Е  
В Х В К С И С Н А И А И Е Н А К С Х К И В Х Н И К И  
С Н А И К В Е Х К В К Е С В К С Н Х А И С Н А К С Х  
И С Н А Е Х К Е Х К Е И Х Н В Х А К Е И С Н А С Н К  
С Н А И С А К В С Н Х А Е С Х А И С Н А Е Н К И С Х  
Е К Х Е К Н А И В К В К Х Е Х И С Н А И Х К А Х Е Н  
Е Х В К В И Е Х А И Е Х Е К В С Н Е И С Н В Н Е В И  
И С Н А И Е И Н Е В И С Н А И В Е В Х С И С В А И Е  
К Е В Х В А Е С Н А С Н К И С Х Е А Е Х К В Е Х Е А  
Х В Е К Х С Н К И С Е К А Е К С Н А И И Е Х С Е Х С  
А В Е Н А Х И А К Х В Е И В Е А И К В А В И А Н А Х  
В Н С И Е А Х С Н А Н А Е С Н В К С Н Х А Е В И К А  
С И А Е С В К Х Е К С Н А К С Х В К К В С Н Х К С В  
Н А И С Н Х А В К Е В К Х Е И И С Н А И Н Х А С Н Е  
К Е В Х С Н В И Х Н К В К В К Н С И Е Н Х А И В Е Н  
В К Е В Х А И С Х А Х К В Н В А И Е Н С Х В К Х Е А  
К И С Н К Е К Н С В А И С В А Е Х С Х В А И С Н А Е  
А Е Н К А И С Х А И С Н Х И С В К В С Е К Х В Е К И  
И С К А И К В К К Н В Х С К В Н А И Е Н И С Н А И Х  
Е В Х Е В Н А Н С К А И А Н А К Х К В К Е В Е К В Н  
Н А И С Н Х С Х В К И С Н А И Е Х Е К Х И А И С Н В  
Х К В Н Х В К С Н Х Н А И С Н В К А Х С В К Х В Х А  
А И С Х А А И К Х А Е В Е Х К С Н В И В А И С Н А Х  
А Е Н К А И С Х А И С Н Х И С В К В С Е К Х В Е К И  
И С К А И К В К К Н В Х С К В Н А И Е Н И С Н А И Х  
Е В Х К Х С И Н Е И С Н А И С Н К В Х В В К Е В К В  
А В С Н А Х К А С Е С Н А И С Е С Х К В А И С Н А С  
В И К В Е Н А И Е Н Е К Х А В И Х Н В И Х К К Е Х Н  
Н К Е Х В И В Н А Е И С Н В И А Е В А Е Н Х В Х В И  
К Е И С Н Е С А Е И Х В К Е Е Е И С Н А Е А И С Н К  
С А К Е А К Х Н В С К Х Е К Х Н А И С Н К В Е В Е С  
К Х К Е К Н В И С Н К Х В Е Х С Н А И С К Е С К И К  
А И С Н А Е Х К В Е Н В Х Е Е А И С Н К А И К Н В Е  
К А Х В Е И В Н А Х И Е Н А И К В И А Е К Е И В А К И  
Н К Е С Н К С В Х И Е С В Х К Н К В С К В Е В К Н И  
К Е И Е В К А И С Н А С Н А И С Х А К В В С А Н К А

## УПРАЖНЕНИЕ НА КОНЦЕНТРАЦИЮ И УСТОЙЧИВОСТЬ ВНИМАНИЯ.

Нужно без ошибок переписать следующие строчки:

- а) АММАДАМА РЕБЕРГЕ АССАМАСА ГЕСКЛАЛЛА ЕССАНЕССАС  
ДЕТАЛЛАТА
- б) ЕНАЛССТАДЕ ЕНАДСЛАТ ЕТАЛЬТАРРС УСОКГАТА ЛИММОДОРА  
КЛАТИМОР
- в) РЕТАБРЕРТА НОРАСОТАННА ДЕБАРУГА КАЛЛИХАРРА  
ФИЛЛИТАДЕРРА
- г) ГРУММОПД
- д) ВАТЕРПРООФЕТТА СЕРАФИННЕТАСТОЛЕ ЕММАСЕДАТОНОВ
- е) ГРАСЕМБЛАДОВУНТ
- ж) ГРОДЕРАСТВЕРАТОНА ХЛОРОФОНИМАТА ДАРРИСВАТЕНОРРА
- з) ЛАЙОНОСАНДЕРА
- и) МИНОСЕПРИТАМАТОРЕНТАЛИ ТЕЛИГРАНТОЛЛИАДЗЕ
- к) МАЗОВРАТОНИЛОТОЗАКОН
- л) МУСЕРЛОНГРИНАВУПТИМОНАТОЛИГ РАФУНИТАРЕ
- м) АДСЕЛАНОГРИВАНТЕБЮДАРОЧАН
- н) БЕРМОТИНАВУЧИГТОДЕБШОЖАНУЙ  
МСТЕНАТУРЕПВАДИОЛЮЗГЛНИЧЕВЯН
- о) ОСТИМАРЕ

### ЛЕТЕЛА КОРОВА (РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ)



Игроков должно быть не меньше трех. Все садятся в круг и, развернув правую руку ладонью вниз, а левую - ладонью вверх, соединяют свои ладони с ладонями соседей. По очереди произносят по слову стиха, в такт слову хлопая по ладони правого соседа:

Летела корова, сказала слово.  
Какое слово сказала корова?

Кому выпадает очередь отвечать, называет любое слово, например, "трава". Его сосед вместе с хлопком говорит первую букву этого слова - "т", следующий - вторую, и так до конца слова, до последнего "а". Задача последнего игрока - не зазеваться и успеть убрать руку из-под завершающего хлопка.

## ПОМОГИ ПЧЁЛКЕ СОБРАТЬ УРОЖАЙ (РАЗВИТИЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ)

Настоящая пчела - очень трудолюбивое насекомое. Целыми днями она работает, собирает нектар, двигаясь от одного цветка к другому.



Наша пчела тоже трудолюбивая, но летает она не по цветочному, а по буквенному полю. Вместо нектара она собирает буквы. Если пчелка соберет букочки правильно, у нее получится целое слово.

Если ты будешь четко следить за моими командами и запоминать буквы, на которых пчела делает остановку, то в конце путешествия пчелы ты сможешь назвать полученное слово. Запомни: за каждую команду пчела перелетает только на соседнюю клеточку, далеко летать она не умеет.

Б	В	Г	Д	Е	Ж
З	И	Ь	К	Л	Э
М	Н	А	О	П	Ъ
Р	С	Т	У	Ф	Я
Х	Ц	Ч	Ш	Ю	Щ

Примечание для родителей.

Начинать игру можно с любого места. Заранее продумайте, какое слово должно получиться, и составьте "пространственную" инструкцию.

Эту игру можно использовать много раз. Старайтесь, чтобы за перелетами пчелы ребенок следил только глазами, не водя пальцем по полю.

### КВАТРОПАЛИИ (КРЕСТИКИ-НОЛИКИ)

Наряду с развитием пространственных представлений игра тренирует внимание ребенка, формирует навыки логического мышления и комбинаторики. Игра взята с некоторыми

модификациями из книги: А. Г. Бочарова, Т. М. Горева, В. Я. Окунь «500 замечательных игр», М. 1999.

*Материал:* игровое поле 7 на 6 клеток.

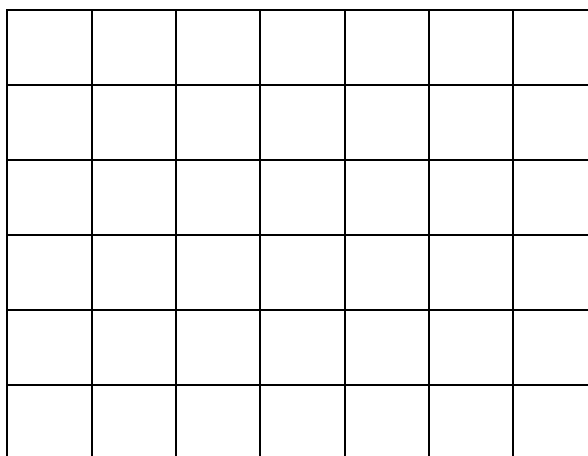
*Количество играющих:* 2.

*Возраст играющих:* от 6 до 15 лет.

*Правила игры:* правила игры напоминают популярную игру в «крестики-нолики».

Каждый игрок поочередно делает ход, ставя в клетке, соответственно, крестик или нолик. Необходимо расположить четыре крестика или нолика либо по вертикали, либо по горизонтали, либо по диагонали. Выигрывает тот игрок, который сумел сделать это первым. Игра начинается с любой клетки самой нижней строчки и идет вверх. Нельзя ставить крестик или нолик, если под ними нет уже нарисованного знака.

Мы видим, что игра отличается от «крестиков-ноликов» тем, что первый знак ставится в самой нижней клеточке и дальнейшая игра идет снизу вверх. Обязательным условием является то, что ход необходимо делать только там, где под выбранной клеточкой уже стоит либо крестик, либо нолик, что не только усложняет игру, но и требует достаточного уровня развития произвольного внимания.



### УПРАЖНЕНИЕ "РЕЧКА-БЕРЕГ"

Эта отличная игра подсмотрена на детских праздниках с участием массовиков-затейников. Впоследствии она была модифицирована в целях нейропсихологической коррекции. Ее можно проводить как с группой детей, так и с одним ребенком.

Для этой игры вам понадобится веревочка, которая будет лежать на полу и обозначать "береговую линию". Такую же роль может сыграть край ковра или любая другая отчетливая граница.

Участники стоят "на берегу" (по одну сторону веревочки). С другой стороны "течет" река.

Ведущий предлагает участникам выполнять его команды. Когда он говорит "речка!" – прыгать в речку, когда говорит "берег!" – на берег.

Первая часть игры – тренировочная. Ведущий командует, называя в случайном порядке "речка", "берег", и смотрит – смог ли ребенок выработать избирательную реакцию на разные инструкции. Если на тренировочной стадии все в порядке – переходим к основным.

**Вариант 1.** Ведущий продолжает командовать, куда прыгать, и прыгает вместе с участниками. В какой-то момент он начинает давать команды в четком порядке чередования (речка, берег, речка, берег и т.д.). Когда участники привыкают к такому ритму и начинают прыгать автоматически то туда, то сюда, ведущий вдруг нарушает порядок и командует, например: "Речка! Берег! Речка! Речка!". На эту уловку особенно часто попадают дети, испытывающие трудности переключения. Они легко входят в определенный ритм, но потом не могут вовремя изменить свою тактику и продолжают действовать старым способом.

Если ребенок регулярно ошибается при таком переключении, попросите его не торопиться с действием, а сначала сказать вслух, что надо сделать, а уже потом прыгать. Таким

образом, мы "вставляем" его речь между инструкцией (командой) и ее исполнением. Оречевление своих действий – очень важный навык, позволяющий справляться с импульсивностью и трудностями переключения. В этом упражнении вполне реально развить эту способность.

**Вариант 2** (для продвинутых пользователей). Когда ребенок вполне освоится с первым вариантом игры и сможет выполнять задание без ошибок, можно перейти к варианту, развивающему избирательность внимания. Ведущий сообщает ребенку, что сейчас будет "обманывать его глазки" – говорить все правильно, а делать неправильно. После этого начинается как бы обычный вариант игры, когда первые несколько команд соответствуют тому, что делает ведущий. В какой-то момент ведущий делает "ошибку", например, говорит: "Берег!" – а прыгает в речку. Ребенок должен "отключить" свои глаза, а следовать только тому, что приходит через уши.

Для импульсивных детей это очень трудно. В этом случае также положение спасает речь ребенка. Он должен повторять инструкцию ведущего и только потом прыгать. Точно так же ведущий может "обманывать ушки" – делать все правильно, а говорить неправильно. Это тоже сложная задача, так как здесь ребенку нужно идти вопреки тому, что говорит взрослый, и четко придерживаться изначальной инструкции (повторять действия, а не команды).

Комментарий: это упражнение позволяет научить ребенка справляться с импульсивностью, трудностями переключения, развивает избирательность реакций и внимания и речевую регуляцию деятельности. Упражнение можно выполнять как с группой детей, так и с одним ребенком. Наиболее эффективно его использовать с детьми старше 5 лет, но до этого возраста также можно пробовать самые простые варианты этой игры. Периодичность его выполнения – по 5 минут в день. Чтобы ребенку не сильно надоело одно и то же, можно предлагать разные варианты движений. Например, вместо прыжков "в речку" и "на берег" предлагать ребенку приседать и вставать с поднятыми вверх руками, изображая "грибочки" и "елочки". Какие-то движения можно придумать самостоятельно. Здесь почти не важно, что делать, главное – как.

Уважаемые родители, чтобы восполнить у вашего ребенка процессы внимания важно, чтобы занятия с ребенком проводились в системе (в определенное время 2-3 раза в неделю). Включайте такие упражнения, при выполнении которых ребенок испытывает трудности. Когда упражнение отработано, переходите к следующему. Каждое занятие должно включать 4-5 заданий.

**Удачи Вам и успехов вашим детям!**