

### «Пряталки»

**Цель:** развитие зрительной памяти, произвольного внимания.

**Материал:** 4-6 пластиковых стаканчиков из-под йогурта, сметаны.

**Как играем:** на глазах у ребёнка положите под один из перевернутых стаканчиков любую мелкую игрушку или фасоль, пуговичку и т. п. Секунд через 15 попросите ребёнка найти стаканчик с игрушкой.

Сначала он будет поднимать все стаканчики подряд, через некоторое время он будет находить игрушку, сделав только две попытки. А затем он обязательно сразу поднимет тот стаканчик, под которым лежит игрушка. Не спешите, у него всё получится. **Закрепляем:** на прогулке можно положить камешки 1-2 штуки под перевернутые формочки. **Усложняем:** увеличьте количество стаканчиков и спрятанных игрушек. Можно поменяться ролями, пусть ребёнок прячет игрушки, вы ищите их. А если вы их не найдёте, то ребёнок с удовольствием вам поможет.

### «Карлсон расшалился»

**Цель:** развитие зрительной краткосрочной памяти.

**Материал:** игрушки.

**Как играем:** поставьте на стол 3-4 игрушки. Предложите ребёнку рассматривать их в течение одной минуты и запомнить их расположение. Затем перемешайте игрушки, сказав, что это Карлсон расшалился: всё перемешал и улетел. Но он обещал вернуться. Ребёнок должен все игрушки поставить на место так, как они стояли вначале.

**Закрепляем:** в такую игру можно играть каждый день по 5-10 минут, меняя игрушки.

**Усложняем:** если ребёнок справляется с заданием, то можно увеличивать количество игрушек до 6-8 штук. Можно убирать их со стола по 1-2 штуки сразу.

### «Запомянай-ка»

**Цель:** развитие зрительной краткосрочной памяти, образное мышление.

**Материал:** предметные картинки.

**Как играем:** разложите перед ребёнком 5-6 предметных картинок (например: *яблоко, мяч, корзинка, машинка, листик, морковь*). Ребёнок рассматривает их, называет. Через 2 минуты вы убираете их. Ребёнок должен перечислить все, что он запомнил. Скорее всего, что-то он упустит, но не огорчайтесь и всё равно похвалите ребёнка. Это побудит его сыграть еще много раз.

А вы хотите, чтобы ваш ребёнок запомнил все картинки? Придумайте с ним рассказ, в котором все они будут задействованы. Например: *«На машине везут яблоко и морковь. В корзину положили листья и мяч»*. Попробуйте, это должно помочь.

**Закрепляем:** играть в эту игру можно в любое свободное время, используя любые картинки, вырезанные из старых журналов. **Усложняем:** можно брать большее количество предметных картинок. Ребёнок называет те картинки, которые он запомнил, а вы — остальные. С каждым днём он будет запоминать всё лучше. Предложите ребёнку каждую картинку представить, закрыв глаза.



Игра «Найди отличия»

## Памятка для родителей: «Развивающие игры дома»



Клинический психолог: Сахно Дарья Георгиевна

### «Игры для укрепления здоровья малышей»

- Игры на развитие ловкости, быстроты реакции и движений, чувства равновесия, координации зрительного и слухового анализаторов, устойчивого внимания;
- Игры на расслабление мышц туловища, улучшение вестибулярного аппарата;
- Игры на формирования правильной осанки;
- Игры для развития внимания у детей;
- Игры для развития мелкой моторики;
- Игры на развитие памяти детей.

## **Игры на формирование правильной осанки.**

**Основой профилактики и лечение нарушения осанки является общая тренировка организма ребёнка.**

**В задачи игр входят:** укрепление опорно-двигательного аппарата, усиление мышечного «корсета» позвоночника, улучшение функций дыхания, сердечно-сосудистой системы.

### **Игра «В гости к мишке»**

**Цель игры:** развитие ловкости, быстроты реакции и движений, чувства равновесия, координации зрительного и слухового анализаторов, устойчивого внимания.

Посадив игрушку - медведя на высокий кубик и сделав горку из длинной доски, положенной на гимнастическую стенку.

Ребёнок входит на горку (можно на игровой площадке во дворе использовать горку, только надо быть внимательным и помогать ребёнку взобраться на высоту около метра), затем сбегает с нее и подбегает к мишке, гладит его и садится отдыхать.

### **Игра «Качели-карусели»**

**Цель игры:** расслабление мышц туловища, улучшение вестибулярного аппарата. Родители поднимают ребёнка в положении лежа на спине до уровня своего пояса. Один держит ребёнка под мышки, другой - за обе ноги, и раскачивает его в выпрямленном положении со словами: «Кач, кач, качели». Затем один из взрослых продолжает держать ребёнка под мышки (другой отпускает) и кружится вместе с ним вправо и влево (получаются карусели) со словами: «Полетели карусели». Желательно игру проводить под ритмичную музыку. Игра проводится в заключительной фазе занятий, когда ребёнок почувствовал усталость.



### **Оздоровительные игра при заболеваниях носа и горла.**

При заболеваниях верхних дыхательных путей необходимо восстановить носовое дыхание. При ритмичном, с полным выдохом носовом дыхании, лучше расслабляются дыхательные мышцы и рефлекторно расслабляется гладкая мускулатура бронхов. При проведении игр с детьми необходимо одновременно контролировать правильность осанки и смыкания губ.

## **Игры на развитие памяти детей.**

Память является одним из основных психических процессов и свойств личности. Это одно из условий для развития интеллектуальных способностей. В зависимости от длительности сохранения информации память может быть кратковременной и долговременной. Кроме того, память бывает зрительная и слуховая.

**Память** – это способность принимать новую информацию и сохранять её.

В 2-3 года память ребёнка произвольная, т. е. он помнит то, что ему интересно. Ребёнок часто размышляет вслух, так он сам помогает себе вспомнить. И только к концу дошкольного возраста происходит переход к мыслительному запоминанию. За один раз (краткосрочная память) ребёнок этого возраста запоминает 3 слова, в 5 лет – 5 слов, взрослый – 9 слов.

В этом возрасте ребёнок мыслит образами, поэтому, чтобы лучше запомнить, ему надо всё потрогать, обследовать. Чем больше видов памяти задействовано при запоминании, тем легче ребёнку запомнить информацию. Другими словами, чтобы ребёнок запомнил сказку, её надо послушать, посмотреть, нарисовать, проиграть. Чтобы сформировать у ребёнка произвольную память, учитывайте, что для запоминания чего-либо ребёнку необходимо опираться на свой чувственный опыт – он должен прожить, прочувствовать ситуацию. Ему будет трудно запомнить то, что неинтересно. А интерес у него возникает в игре.

### **«Супермаркет»**

**Цель:** развитие слуховой краткосрочной памяти, внимания, наблюдательности. Взрослый предлагает поиграть в магазин. Он отправляет ребёнка за покупками и просит его запомнить всё, что нужно купить. Начинать можно с двух предметов, увеличивая их количество до 4-5.

### **«Каждой вещи - своё место»**

**Цель:** развитие долгосрочной памяти.

**Материал:** вещи, покупки.

**Как играем:** вы наводите дома порядок? Привлеките ребёнка к уборке. Пусть он скажет, где лежит та или другая вещь — полотенце, книга и т. д. Если он правильно ответил — значит, победил. В результате — и дома чисто, и ребёнок доволен, и память упражняется. **Закрепляем:** вы принесли покупки? Пусть ребёнок поможет вам разложить их по местам. Скажите, что каждой вещи — своё место. Попробуйте положить неправильно, пусть он вас исправит. Посмейтесь вместе. Как правильно: гречка в печке, сапоги на завалинке или гречка на завалинке, а сапоги в печке? А как насчёт: на дворе трава, на траве дрова? А если сказать быстро?

### **«Повторяй-ка»**

**Цель:** развитие зрительной памяти, мелкой моторики. **Материал:** карандаш, бумага.

**Как играем:** нарисуйте простой узор, например: волнистая линия, ломаная линия, волнистая, ломаная и т. д. Ребёнок должен рассматривать узор в течение 1-2 минут, затем вы прячете картинку, а ребёнок по памяти рисует такой же.

**Закрепляем:** меняйте узоры. Например: две волнистые линии, одна ломаная, две волнистые, одна ломаная и т. д. **Усложняем:** постройте дом из кубиков: основание - куб, стены - кубики разного цвета, призма - крыша. Прикройте свой дом чем-нибудь, например газетой, а ребёнок по памяти построит такой же.

## **Пальчиковая гимнастика и массаж рук.**

Сжимание и разжимание резиновой игрушки, катание в ладонках массажного мячика, грецкого ореха.

### **Тонизирующий массаж.**

Многочисленное повторение движения сжимания и разжимания тренируют кончики пальцев рук. Оказывает тонизирующий массаж, желательно, чтобы ребёнок работал обеими руками.

### **Пластилиновые рисунки.**

По листу картона равномерно распределять пластилин. Вылепливать картину.

### **Счётные палочки или спички.**

Выкладывание различных фигур, букв с помощью счётных палочек или спичек.

### **Рисунки на крупе.**

На поднос тонким слоем насыпать манку, или другую крупу. Предложить ребёнку нарисовать пальчиком геометрические фигуры, предметы, буквы, цифры.

### **Бусы.**

Потребуется макароны с крупным просветом и длинный шнурок. Нанизывать макароны на шнурок. Бусы можно покрасить аэрозольной краской из баллончика.

### **Золушка.**

Эти игры хороши для развития осязания. Смешать разноцветную фасоль, горох и разбирать в отдельные ёмкости по цвету.

### **Шнуровки.**

Вырезать из картона шаблон башмачка, отверстия проколоть дыроколом. Зашнуровать его.

### **Пазлы.**

Разрезать цветную картинку из цветного журнала и предложить ребёнку собрать её.

### **Чудесный мешочек.**

В непрозрачный мешок положить знакомые ребёнку предметы (мячик, кубик, расчёску, карандаш, ложку и др.) Ребёнок на ощупь должен определить, что это.

### **Рванные рисунки.**

У ребёнка ещё развивается творческое воображение и целостное восприятие. Порвать цветную бумагу на мелкие кусочки, затем наклеить их внутри контура предмета.

### **Игры с песком.**

Здесь фантазия безгранична. Можно копать, пересыпать, закапывать, искать, строить (с водой, рисовать песком и на песке).



### **Игра Совушка-сова»**

**Цель игры:** развитие коррекции рук с дыхательными движениями грудной клетки, улучшение функций дыхания (углубленный выдох).

Ребёнок садится перед взрослым. По сигналу «день» малыш - «сова» медленно поворачивает голову влево-вправо. По сигналу «ночь» ребёнок смотрит вперёд, взмахивает руками - «крыльями». Опуская их вниз, протяжно, без напряжения произносит: «У-уффф». Повторяет два-четыре раза.

### **Игра при плоскостопии.**

*Плоскостопие чаще всего встречается у слабых, физически плохо развитых детей. Нередко нагрузка на своды стоп таких детей оказывается чрезмерной. Связки и мышцы стопы перенапрягаются, растягиваются, теряют пружинящие свойства. Своды стоп расплющиваются, опускаются, и возникает плоскостопие. Поэтому игры должны быть подобраны таким образом, чтобы упражнения укрепляли связочно-мышечный аппарат голени и стопы, способствовали общему оздоровлению организма и воспитанию навыка правильной ходьбы.*

### **Игра «Донеси, не урони»**

**Цель игры:** укрепление мышечно-связочного аппарата стоп, развитие ловкости. Игроки сидят на стульях. У каждого под ногами простынка. Нужно захватить пальцами одной ноги простынку и дотащить её любым способом (скача на одной ноге или четвереньках) до противоположного конца зала. Также повторить другой ногой. Выигрывает тот, кто это сделает быстрее, не уронив простынки.





## Игры для развития внимания у детей.

### Игра «Кто с рогами?».

**Цель:** развивать память, внимание.

**Описание:** нарисовать животных, например, *зайца, козу, корову, оленя, кошку, лису, собаку*, «забываем» нарисовать рога (уши, хвосты) тем, у кого они должны быть. Показать ребёнку этих животных, предложить дорисовать рога (уши, хвосты). Если дорисовать недостающие части тела животных ребёнку сложно, закончите рисунок сами. Повторить, какие из животных дикие, а какие домашние. Кто где живет; кто как «кричит».

### Игра «Что умеет делать кошка?».

**Цель:** развивать речь, память, внимание.

**Игровой материал и наглядные пособия:** карточки с изображениями различных животных.

**Описание:** показать ребёнку картинку с изображением животного и спросить, что умеет делать это животное. Например, *кошка - мяукает* (изобразить), *ловит мышей, бегаем, прыгает, мурлыкает. Собака - лает, сторожит дом, выполняет команды, кусается* и т. п.

### Игра «Куда уместится кошка?».

**Цель:** развивать воображение, речь, память, навыки сопоставления.

**Описание:** предложить ребёнку изобразить знакомое ему животное (кошку, собаку, козу и т. п.), придумать места, куда оно могло бы поместиться. Например: *«Кошка поместится в квартиру? А вот в эту коробку (показать) она поместится? А в сумку? А в карман?»* (Пусть ребёнок сам придумает места, куда можно пристроить кошку.)

### Игра «Я вижу цветок».

**Цель:** развивать внимание, память.

**Описание:** предложить ребёнку угадать, о каком цветке пойдет речь. На прогулке выбрать растение и, не показывая его ребёнку, описать. Потом попросить малыша найти цветок. Например: *«Я вижу цветок с жёлтой серединкой и белыми лепестками»*. (Ромашка.) Можно описывать деревья, птиц, животных.

### Игра «Диван или тарелка?».

**Цель:** развивать внимание, навыки классификации предметов.

**Описание:** если взрослый называет предмет посуды, ребёнок хлопает в ладоши. Если предмет мебели - топает ногой. Перечисляя предметы, называть объекты из других категорий вещей, например: *фрукты или овощи, одежду или обувь* и т. п.

### Игра «Вспомни и покажи».

**Цель:** развивать память, внимание.

**Игровой материал и наглядные пособия:** 4 карточки с разными картинками (зайчик, цветок, солнышко, фигура).

**Описание:** разложить картинки перед ребёнком, рассмотреть их. Затем перевернуть изображениями вниз, не изменяя их местоположение. Предложить ребёнку показать, где спряталась та или иная картинка: *«Сейчас мы проверим, кто здесь прячется? Молодец, правильно показал!»* Раскрыв все карточки, поменять их местами, фиксируя на этом внимание ребёнка. Вновь перевернуть и повторить игру.

### Игра «Собери картинку».

**Цель:** развивать память, внимание, мелкую моторику.

**Игровой материал и наглядные пособия:** крупная яркая картинка с изображением одиночного предмета.

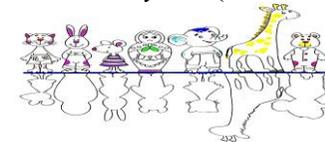
**Описание:** разрезать картинку пополам, показать ребёнку, как из двух половинок можно составить целое изображение. Усложняя задание, разрезать картинку на четыре части, но желательно, чтобы в этом случае перед глазами у ребёнка была картинка-образец. Помочь ему, комментируя свои действия:

*«Это что такое? Это хвост собачки. Давай посмотрим, где у собаки должен быть хвост»* и т. д.

### Игра «Зайцы бывают...».

**Цель:** развивать внимание, координацию движений.

**Описание:** взрослый описывает какое-нибудь животное, а ребёнок должен изобразить его действием, например: *«Зайцы бывают длинноухие* (машет руками над головой, изображая уши), *прыгучие* (прыгает), *маленькие* (присаживается на корточки)».



Игра «Найди тень животного»

### Игры для развития мелкой моторики.

*Что такое мелкая моторика? Это умение совершать точные движения пальцами рук. Чем больше малыш работает своими пальцами, тем раньше развивается уровень и темп речи. Я предлагаю Вам игры и упражнения для развития мелкой моторики с нестандартным оборудованием.*



