

## **Игра «Я леплю из пластилина».**

### **Цели:**

- поощрить членов группы дать и получить обратную связь, необходимую для эффективного и доверительного сотрудничества;
- развить лидерские качества, способность анализировать информацию о человеке, особенностях его поведения и характера;
- проверить уровень открытости участников тренинга и степень их личной соотнесенности с группой.

**Размер группы:** желательно небольшой. Группа 8-15 человек идеальна.

**Ресурсы:** желательно, чтобы в комнате, где проходит тренинг, было большое – во всю стену – зеркало. В идеале, кроме того, наличие у тренера видеокамеры или фотоаппарата, которые позволят запечатлеть на пленку разворачивающееся действие и его результат.

**Время:** для группы оптимальных размеров от 40 минут до полутора часов. Многое зависит от готовности участников провести серьезную и детальную индивидуальную и групповую аналитическую работу.

### **Ход игры**

Участники группы садятся в шеренгу. Участник, вызвавшийся быть скульптором, должен придать товарищам позу и выражение лица, которые, на его взгляд, являются характерными для них. Хорошо, если при этом есть возможность посадить участников перед зеркалом, чтобы в результате работы скульптора каждый мог увидеть свое отражение и понять, как он выглядит со стороны в восприятии одного из товарищей.

После того как этот этап пройден, скульптор получает возможность использовать шанс, данный качеством материала – пластилином – изменить позы и лица игроков, какими ему хотелось бы их видеть. Кому-то, предположим, он добавит в лицо веселости, у кого-то разожмет надменно сомкнутые губы, расправит плечи у постоянно стесняющегося и зажатого товарища, добавит дружелюбия тому, с кем у него не так уж просто складываются отношения...

## **Игра «Бег с препятствиями».**

**Цели:** Эта игра требует большой сосредоточенности, поэтому не стоит проводить ее больше двух раз подряд. Для проведения этой игры необходимо, чтобы в группе была доверительная атмосфера. А водящему в этой игре потребуется много мужества. В конце игры водящего ждет награда, он выдержит испытание на доверие и не будет оставлен другими в беде. Детям очень нравится эта игра.

**Материалы:** Повязка на глаза для водящего.

**Инструкция:** Разойдитесь по комнате и сядьте на пол не очень близко друг к другу, так, чтобы расстояние между вами было примерно полтора метра. Сейчас вы все будете Препятствиями. Но к счастью – не молчаливыми: как только водящий, у которого завязаны глаза, приближается к вам, вы жужжанием или напевом предупреждаете его.

Пройдитесь между Препятствиями и объясните, что нельзя жужжать двум участникам игры одновременно. Как только Вы отошли от одного Препятствия, то жужжать должен тот, к которому Вы приближаетесь.

Все должны голосом помогать водящему обойти помещение и нигде не удариться. Если водящий подошел к какому-то из Препятствий слишком близко, то он услышит нарастающий звук и сможет изменить направление. Водящий не должен останавливаться. Я тоже буду внимательно присматривать за тем, чтобы водящий не ударился о стенку или мебель. Кто хочет попробовать первым – идти, не видя Препятствий, «опираясь» только на их голоса?

### **Анализ упражнения:**

- Как ты себя чувствовал, когда был водящим?
- Был ли ты уверен, что все будут достаточно внимательны к тебе?
- Удостоверился ли ты в этом в течение игры?

- Было ли тебе в какой-то момент не по себе?
- Что ты чувствовал, когда был Препятствием?

### **Игра «Испуганный ежик».**

**Цели:** Это очень хорошая игра на доверие. Один ребенок идентифицируется с испуганным ежиком, свернувшимся клубком. Партнер пытается словами и соответствующими жестами успокоить ежика и заслужить его доверие. Дети имеют возможность почувствовать, что необходимо для возникновения доверия.

**Инструкция:** Кто из вас видел настоящего ежика? Вы знаете, что делает ежик, когда его пугает неожиданно появившаяся лисица или собака? Пожалуйста, разойдитесь по двое. Один из вас будет сейчас Ежиком, который сильно испугался собаки. Другой будет успокаивать Ежика. Кто из вас хотел бы быть Ежиком?

Ежик, ляг на пол и свернись калачиком – так делает настоящий еж, когда пугается. Представь себе, что ты еще очень маленький ежик, у тебя совсем мало опыта, а тебя напугал громкий лай собаки. А когда собака еще и ткнулась в тебя носом, чтобы обнюхать – тебе стало совсем страшно. Поэтому ты свернулся в крепкий клубочек, чтобы защитить свой носик и живот...

К счастью, тебе на помощь пришел ребенок, который отозвал собаку. Но ты еще не знаешь, кто такие дети, и не знаешь, что они могут быть очень милыми. Ты недоверчив, потому что не знаешь, что тебе ожидать от этого ребенка. Тот, кто играет роль Ребенка, пусть подсядет к Ежику на пол... Сначала ты можешь тихонечко поговорить с Ежиком. Его ушкам будет приятно после громкого лая собаки услышать тихий нежный голос. Скажи ему, что окажись ты на его месте ты тоже испугался бы. Скажи ему, что он может тебе доверять.

Потом ты можешь его погладить. Если ты будешь осторожен, Ежик тебя не уколёт. Попробуй и руками показать Ежику, что ты к нему очень хорошо относишься. Если ты будешь терпелив, то, может быть, ты увидишь, как он очень медленно разворачивается. Поговори с ним еще – и обнаружишь, что он расслабился и раскрылся. Я хотела бы, чтобы Ежик действительно почувствовал, можно ли доверять партнеру. Если ты чувствуешь, что Ребенок очень осторожен с тобой и дружелюбен, то ты можешь потихоньку раскрываться. (30 секунд. Дайте всем Ежикам раскрыться.) Теперь поменяйтесь местами, пусть ваш партнер будет испуганным Ежиком.

Повторите основные правила игры. Когда все Ежики раскроются, партнеры должны поговорить друг с другом.

Поговорите о том, что вы чувствовали. Были ли все дети достаточно осторожны? Как Ежик понял, что может доверять Ребенку? (1 минута).

#### **Анализ упражнения:**

- Что ты сам делаешь, когда внезапно что-то тебя сильно пугает?
- В каких еще ситуациях ты ведешь себя подобно ежику?
- Как ты показываешь что ты «закрылся»?
- Как ты замечаешь, что другие дети или взрослые «закрылись», чтобы защитить себя?
- Что должен сделать другой, чтобы ты ему смог доверять?
- Как ты себя чувствовал, когда был Ежиком?
- Что ты испытывал, когда был Ребенком, который помогает Ежику?
- Помогал ли ты когда-нибудь животному в беде?

### **Игра «Ладони».**

Встаньте напротив друг друга в паре или сядьте удобно так, чтобы ваши руки могли встретиться. Закройте глаза. По команде ведущего пусть ваши руки сначала найдут (1) друг друга, затем (2) познакомятся, (3) проявят симпатию, (4) потанцуют, (5) подерутся, (6) помирятся, (7) попрощаются. Всего задание занимает 5-7 минут. Обсудить чувства на разных этапах.

### **Игра «Мой друг дерево».**

**Цели:** Эта игра особенно важна для ребенка, который чувствует себя не включенным в группу – это может быть для него значительным опытом. В игре вся маленькая группа работает на то, чтобы один ребенок получил, как подарок, удивительно прекрасное переживание. Пожалуйста, не принуждайте никого участвовать в этой игре!

**Инструкция:** Каким должен быть человек, чтобы вы ему поверили? К каким людям вы вообще питаете доверие? А к каким вы испытываете недоверие? Знакомо ли вам такое: сначала вы не доверяли кому-то, были недоверчивы, а позже появилось доверие? Только ли к людям мы испытываем чувство доверия? Можем ли мы доверять и животным тоже? А растениям? Камням? Земле?

Перед началом следующей нашей игры я хотела бы рассказать вам короткую историю... Жила-была в одной маленькой деревне девочка. Звали ее Катя. Каждый день она играла со своими подругами в занимательные игры. Под конец одного длинного дня она так устала от множества игр, что легла спать под величественным и прекрасным старым деревом. Через несколько секунд она уже уснула. Старое дерево очень любило Катю, так как она часто с ним разговаривала. И оно захотело сделать уснувшей Кате чудесный подарок. Нежно опустило оно свои могучие ветви, приподняло ими девочку и стало покачивать ее потихоньку так, что Кате начали сниться удивительные сны... Все страхи от нее отступили, она чувствовала вокруг себя надежную защиту и доверяла ей... Благодаря этим волшебным мягким покачиваниям она во сне попала в свою любимую страну, где всегда светит солнце, и где дети никогда не ссорятся...

Когда пришло время ужина, старое дерево бережно опустило девочку на мох и пощекотало ее тоненькой веточкой по носу так, что она проснулась. И потом Катя всегда помнила об этом прекрасном переживании.

Кто из вас хотел бы быть Катей? Хорошо, Саша, ты первый ребенок, которому будет также хорошо. Ложись, пожалуйста, на спину и закрывай глаза. Разведи руки в стороны, ноги вместе. Теперь нужно восемь детей, которые будут Ветвями дерева. Встаньте по четверо с каждой стороны «уставшей девочки»... Ветви, вам надо подсунуть свои руки ладонями вверх под Сашины ноги и спину. Я буду держать Сашину голову. Я досчитаю до трех, и Ветви медленно встают с пола и, когда они встанут, мы будем очень тихо вместе напевать песню слабого ветерка. Мы представим себе, что ветерок тихо покачивает ветки туда-сюда так, что Саша чувствует себя, словно на качелях. (Ветви должны покачивать ребенка в медленном темпе. 60 секунд.)

А теперь мы хотим аккуратно положить Сашу снова на пол. Держите руками голову и плечи Саши. Ветви медленно опускают руки вниз. Один из вас может быть теперь тоненькой Веточкой, которая разбудит ребенка, и он радостно и бодро побежит домой.

Предоставьте возможность другому ребенку вслед за этим «покачаться на дереве». При этом будет хорошо, если ребенок сам выберет для себя тех, кто будет Ветвями.

#### **Анализ упражнения:**

- Что ты чувствовал, когда был в роли Уставшего ребенка?
- Были ли Ветви бережны с тобой?
- Чувствовал ли ты себя уверенно?
- Что ты чувствовал, когда был Веткой?
- Охотно ли ты укачивал Уставшего ребенка?
- Почему плавное покачивание дает нам такое чудесное переживание?

## **Игра «Путь доверия».**

**Цели:** Это классическая игра для всех возрастных групп. Она укрепляет доверие внутри группы, а также развивает любознательность и тактильное восприятие. Ребенок – «поводырь» может экспериментировать со своей ролью, при которой он частично берет ответственность на себя, а частично – отдает своему партнеру. Между двумя детьми, играющими в паре, могут измениться прежние впечатления друг от друга и улучшиться отношения. В помещении должно быть достаточно места и множество интересных объектов, чтобы их можно было потрогать, чтобы они при этом пахли или издавали звуки. Очень хорошо проводить эту игру в теплое время года на улице.

**Материалы:** Маленький колокольчик и для каждого второго ребенка – повязки для глаз.

**Инструкция:** Разойдитесь по двое. Я хочу вам предложить игру, которая называется «Путь доверия». Заключается она в следующем: один из вас двоих надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет ведущим. Когда ты ведущий – ты должен провести «слепого» ребенка по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно.

Время от времени делай паузу, чтобы твой товарищ смог потрогать различные вещи: большие и маленькие, гладкие и шероховатые. Ты можешь провести его к месту, где предмет издает звук или запах. Только ничего не говори при этом. Через пять минут я позвоню колокольчиком – тогда вы поменяетесь ролями. А еще через пять минут я позвоню еще раз – и тогда вы возвращаетесь обратно в круг, и мы поговорим о том, что вы пережили во время прогулки. Перед началом договоритесь с партнером, как он вас будет вести: за руку или как-то по-другому.

Для старших детей Вы можете удлинять интервалы до десяти минут.

**Анализ упражнения:**

- Как ты чувствовал себя, когда был «слепым»?
- Вел ли тебя твой «поводырь» бережно и уверенно?
- Знал ли ты все время, где ты?
- Нашел ли ты что-нибудь любопытное, что интересно потрогать, понюхать или послушать?
- Как ты себя ощущал в роли поводыря?
- Старался ли ты привести своего партнера к тем местам, где ему точно что-то понравилось бы?
- Что ты делал, чтобы вызвать и укрепить доверие своего партнера?
- Когда тебе было лучше: когда ты вел или когда тебя вели?

## **Игра «Слепой полет».**

**Цели:** В этой игре дети учатся взаимодействовать в тесном контакте друг с другом. Один играющий – маленький Самолет, который должен приземлиться на неосвещенном аэродроме. Его партнер – Авиадиспетчер. Он может руководить Самолетом только при помощи слов. Разметьте липкой лентой на полу «посадочную полосу» шириной 1 м, длиной примерно 6 м с одним-двумя легкими поворотами. В конце «посадочной полосы» положите одеяло. Прежде чем дети начнут, продемонстрируйте им эту игру сами.

**Материалы:** Липкая лента, повязка, маленькое шерстяное одеяло.

**Инструкция:** В начале нашей игры я хотела бы рассказать вам небольшую историю. Летел однажды ночью один маленький самолет, и хотел он приземлиться на аэродроме. Ночь была очень темная, и света на аэродроме не было. К счастью, в центре управления был в это время сын авиадиспетчера – Чарли. Он заметил самолет на экране радара. Чарли быстро подошел к переговорному устройству и сказал пилоту, в каком направлении ему надо лететь, чтобы точно попасть на посадочную полосу. Пассажиры самолета очень обрадовались, что смогли точно приземлиться. Они благодарили Чарли за такую важную помощь. Я хотела бы предложить вам игру, в которой будет все точно также. Один из вас будет Чарли, а другой – Летчиком, ведущим самолет ночью на посадку. Пилот надевает повязку на глаза. Чарли командует Самолетом, направляя его от одной стороны помещения к маленькому одеялу, лежащему на другой

стороне. «Посадочную полосу» мы разметили липкой лентой. Чарли руководит Самолетом только таким образом, что говорит, куда надо лететь. Часть из вас может встать справа, а часть – слева от «взлетно-посадочной полосы». Вы будете жилыми Домами и Деревьями.

Потренируйтесь всей группой на понимание указаний Чарли. Пусть дети будут позади Вас, чтобы вы все смотрели в одном направлении, и диктуйте: один шаг влево; сейчас шаг вправо; два назад и т.д. Потом Вы должны продемонстрировать, что при этом следует делать самим детям. Встаньте в самом начале «взлетно-посадочной полосы» и рядом поставьте ребенка, который будет Диспетчером: таким образом мы обойдем проблему зеркального изображения. Делайте только те шаги, которые говорит ребенок, но оставьте для уверенности глаза открытыми.

Понятно ли, как надо играть? Кто хотел бы быть первым Самолетом? Кто хотел бы быть Чарли?

Завяжите глаза Самолету. Затем Чарли может начинать руководить Самолетом. При этом Чарли должен следовать за Самолетом, но на расстоянии вытянутой руки. Оставайтесь недалеко от обоих детей, чтобы придать им уверенности. Когда Самолет «приземлится» на одеяло, Чарли должен сказать, что «приземление» произошло и можно снять повязку с глаз. Когда дети потренируются, Вы можете удлинить и усложнить «посадочную полосу» и сажать большее число Самолетов одновременно. Повторите игру несколько раз, чтобы и все остальные дети приняли в ней активное участие. После каждого «полета» дети меняются ролями.

#### **Анализ упражнения:**

- Кем тебе больше понравилось быть – Летчиком или Диспетчером?
- В роли Самолета ты чувствовал себя уверенно?
- Тебе было сложно управлять Самолетом словами?
- Кто из Диспетчеров особенно бережно привел Самолет к цели?
- Кого из детей ты бы охотно назначил Диспетчером?

### **Игра «Слепой танец».**

**Цели:** Это хорошая игра, воспитывающая доверие друг к другу, в которой дети двигаются под музыку.

**Материалы:** Аудиокассета с записью легкой инструментальной музыки и повязки на глаза для половины детей.

**Инструкция:** Разбейтесь на пары. Один из вас получает повязку на глаза, он будет «слепой». Другой останется «зрячим» и сможет водить «слепого». Теперь возьмитесь за руки и потанцуйте друг с другом по классу под легкую музыку. (12 минуты.) Теперь поменяйтесь ролями. Помогите другому ребенку завязать повязку.

В качестве подготовительного этапа можно посадить детей попарно на пол и попросить их взяться за руки. Тот, кто видит, двигает руками под музыку, а ребенок с завязанными глазами пытается повторить эти движения, не отпуская рук, в течение 12 минут. Потом дети меняются ролями.

#### **Анализ упражнения:**

- Как тебя вел в танце твой зрячий партнер?
- Чувствовал ли ты себя с ним уверенно?
- Вел ли ты своего невидящего партнера так, что тому было приятно?
- Тебе было лучше танцевать с открытыми глазами или с закрытыми?
- Что больше тебе понравилось: танцевать в классе или танцевать сидя?

### **Игра «Создание статуи».**

**Цели:** В этой игре ребята работают по трое. Двое из них Скульпторы, а третий «кусочек мрамора», из которого будет сделана Статуя. Для того чтобы получилось настоящее «произведение искусства»,

необходимо полное взаимопонимание и сотворчество Скульпторов. Они должны побеспокоиться о том, чтобы Статуя стояла уверенно и в конце работы стала настоящим «произведением искусства».

Возраст: с 8 лет.

Инструкция: Разбейтесь по тройкам. Двое из вас будут Скульпторами, а третий – «большим куском мрамора». Он ложится на пол и закрывает глаза. Задача Скульпторов – сделать из него прекрасную Статую. Вы сами должны решить, как будет выглядеть эта Статуя, как она будет держать голову, в какой позе она будет стоять. Ребенок, из которого делают Статую, должен стараться сохранить положение, которое ему придают. Когда Скульпторы закончат свою работу, надо будет поставить Статую на ноги. При этом Статуя должна очень сильно напрячь свое тело, чтобы оно было твердым и крепким, как мрамор. Скульпторы аккуратно поднимают Статую верх и ставят ее на ноги. Потом вы можете позвать меня, чтобы я могла полюбоваться этим «произведением».

Поскольку все не смогут закончить работу одновременно, то освободившимся детям Вы можете дать роль публики, чтобы они вместе с Вами осматривали «произведения искусства». Попросите детей, которые были Статуями, хорошенько запомнить свою форму, чтобы потом они могли показать ее всему классу. Когда все фигуры будут готовы, Вы можете походить по «мастерским» и рассмотреть каждую Статую отдельно. Позже повторите эту игру, чтобы дети могли сыграть в ней разные роли.

**Анализ упражнения:**

- Что ты чувствовал, когда был Статуей?
- Аккуратно ли обращались с тобой Скульпторы?
- Доверял ли ты Скульпторам?
- Понравилась ли тебе форма, которую тебе придали?
- Что ты чувствовал, когда был Скульптором?
- Доставила ли тебе удовольствие работа с «мрамором»?
- Легко ли тебе было работать с твоим напарником?
- Ты доволен Статуей, которая у вас получилась?
- Какая Статуя понравилась тебе больше всех?

## **Игра «Две группы».**

**Цели:**

- поощрить членов группы дать и получить обратную связь, необходимую для эффективного и доверительного сотрудничества;
- развить лидерские качества, умение анализировать информацию о процессах, происходящих в группе.

**Размер группы:** желательно небольшой. Группа 8-15 человек идеальна.

**Ресурсы:** не требуются.

**Время:** 15-20 минут.

**Ход игры**

Это задание помогает участникам тренинга развить внимательность и логическое мышление. Один из игроков – доброволец – выходит из комнаты. В это время группа договаривается о признаке, по которому она могла бы разделиться на две подгруппы. Сначала признак этот должен быть только визуальным. Скажем, в одном углу сидят люди, носящие очки, в другом – нет. Или в одной группе – те, у кого на руке есть часы, в другой – участники без часов...



После того как разделение произошло, в комнату возвращается игрок, которому предлагается проанализировать «картинку» и на основании увиденного сказать, какой признак лег в основу распределения участников.

На продвинутом этапе тренинга можно попробовать проводить разделение, основываясь на качествах характера, общности интересов.

### ***Игра «Любит – не любит...»***

**Цели:** дать участникам группы возможность предоставить товарищам обратную связь.

**Размер группы:** не важен.

**Ресурсы:** не требуются.

**Время:** от 10 минут до получаса.

#### **Ход игры**

Группа разбивается на две равные подгруппы. Один круг – малый – становится внутри большого круга лицом к его участникам. Таким образом, возникают пары игроков.

– Помните старинное гадание на лепестках ромашки – «любит – не любит»? Каждому из нас важно знать, как он воспринимается группой, насколько тесны его дружеские связи...

Вам сейчас представится возможность искренне ответить на вопрос о своем отношении к другим участникам коллектива, узнать о том, как вас воспринимают товарищи.

Ромашка нам не потребуется. Вместо этого условимся, что:

- объятия – символ большой любви и симпатии;
- пожатие руки – выражение близких дружеских чувств;
- хлопнуть по ладони – «ты славный малый, но не более...»;
- кивок головой означает для партнера – «я тебя воспринимаю нейтрально, без определенной симпатии и антипатии»;
- опущенный большой палец руки – сигнал, который сообщает о том, что ваши отношения с человеком серьезно испорчены. Какая-то кошка между вами пробежала, и стоит задуматься о том, как найти пути для примирения.

После того как разобраны и усвоены все условные сигналы, начинается игра. Участники малого круга стоят на месте, а участники большого круга, по хлопку ведущего делают шаг влево и оказываются перед новым партнером. Пара показывает друг другу код приятия.

Если оба человека раскрыли друг другу объятия – можно обняться, если оба подставили ладонь для хлопка или протянули руку для пожатия, тогда происходит обоюдный обмен.

Если же уровень приятия различен, то каждый лишь демонстрирует знак своего отношения, но не навязывает товарищу его исполнение. Обменявшись сигналами, каждый участник пары обдумывает полученную от партнера информацию. Вновь звучит хлопок ведущего, большой круг осуществляет переход, и возникают новые пары, в которых повторяется та же последовательность действий.

### ***Примеры психокоррекционных игр для работы с детьми с СДВГ.***

#### **Гвалт**

**Цель:** развитие концентрации внимания, развитие слухового внимания.

**Условия игры.** 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 повторять каждый свое слово. Водящий должен догадаться, что это за песня, собрав ее по словечку.

**Примечание.** Желательно, чтобы до того, как войдет водящий, каждый ребенок повторил вслух доставшееся ему слово.

## Мельница

**Цель:** развитие внимания, контроль двигательной активности.

**Условия игры.** Все играющие становятся в круг на расстоянии не меньше 2-х метров друг от друга. Один из игроков получает мяч и передает его другому, тот третьему и т.д. постепенно скорость передачи увеличивается. Игрок, который упустил мяч или бросил его неправильно, выбывает из игры. Побеждает тот, кто остается в игре последним.

**Примечание.** Игру можно усложнить тем, что кто-то будет отбивать ритм, под который игроки будут перебрасывать друг другу мяч, т.е.е задействовать слуховое внимание. Кроме того, этот ритм может меняться (то быстрее, то медленней).

## “Найди отличие”(Лютова Е.К., Моница Г.Б.)

**Цель:** развитие умения концентрировать внимание на деталях, развитие зрительного внимания.

**Условия игры.** Ребенок рисует любую несложную картинку (кошку, домик и т.п.) 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.

**Примечание.** 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. Дети должны сказать, какие изменения произошли.

## Тишина

**Цель:** развитие слухового внимания и усидчивости.

**Условия игры.** Детям дается инструкция: “Давайте послушаем тишину. Сосчитайте звуки, которые здесь слышите. Сколько их? Какие это звуки? (начинаем с того, кто услышал меньше всех).

**Примечание.** Игру можно усложнить, дав задание детям сосчитать звуки вне комнаты, в другом классе, на улице.

## Золушка

**Цель:** развитие распределения внимания.

**Условия игры.** В игре участвует 2 человека. На столе стоит ведро с фасолью (белой, коричневой и цветной). Нужно по команде разобрать и разложить фасоль на 3 кучки по цвету. Выигрывает тот, кто первый справился с задачей.

## Фасоль или горох?

**Цель:** развитие тактильного внимания, распределения внимания.

**Условия игры.** В игре участвует 2 человека. На столе стоит тарелка с горохом и фасолью. Нужно по команде разобрать и разложить горох и фасоль по двум тарелкам.

**Примечание.** В дальнейшем игру можно усложнить, завязав игрокам глаза.

## Самый внимательный

**Цель:** развитие внимания и зрительной памяти.



**Условия игры.** Участники игры встают перед ведущим в разных позах (можно по тематике: “Животные в зоопарке”, “Дети на прогулке”, “Профессии” и т.д.). Ведущий должен запомнить порядок и позы игроков. Затем ведущий отворачивается. В это время игроки меняются местами и изменяют позы. Ведущий должен сказать, кто как стоял.

### **Снежный ком**

**Цель:** развитие внимания, памяти, преодоление импульсивности.

**Условия игры.** Выбирается тема игры: города, животные, растения, имена и т.п. игроки садятся в круг. Первый игрок называет слово по данной тематике, например “слон” (если тема игры – “Животные”). Второй игрок должен повторить первое слово и добавить свое, например, “слон”, “жираф”. Третий говорит: “слон”, “жираф”, “крокодил”. И так далее по кругу до тех пор, пока кто-нибудь не ошибется. Тогда он выбывает из игры и следит, чтобы не ошибались остальные. И так до тех пор, пока не останется один победитель.

**Примечание.** Аналогичным образом можно придумывать “Детектив”, по одному слову складывая сюжет. Например: “Ночь”, “улица”, “шаги”, “крик”, “удар” и т.д. можно разрешить детям подсказывать друг другу, но только используя жесты.

### **Скучно так сидеть**

**Цель:** развитие внимания.

**Условия игры.** Вдоль противоположных стен зала стоят стулья. Дети садятся на стулья около одной стены и читают стишок:

*Скучно, скучно так сидеть,*

*Друг на друга все глядеть.*

*Не пора ли пробежаться*

*И местами поменяться?*

Как только стишок прочитан, все дети бегут к противоположной стене и стараются занять свободные стулья, которых на один меньше, чем участников игры. Тот, кто остается без стула, выбывает.

Все повторяется до тех пор, пока победитель не займет последний оставшийся стул.

### **Не пропусти мяч**

**Цель:** развитие внимания

**Условия игры.** Участники игры становятся в круг и кладут руки друг другу на плечи. Водящий стоит в середине круга, у его ног мяч. Задача водящего – ногой выбить мяч из круга. Задача игроков – не выпустить мяч. Разнимать руки нельзя. Если мяч пролетит над руками или головой игроков, удар не засчитывается. А вот когда мяч пролетит между ног, водящий выигрывает, становится игроком, а на его место встает тот, кто пропустил мяч.

### **Сиамские близнецы**

**Цель:** контроль импульсивности, гибкость общения друг с другом, способствовать возникновению доверия между ними.

**Условия игры.** Детям дается инструкция: “Разбейтесь на пары, встаньте плечом к плечу, обнимите друг друга одной рукой за пояс, правую ногу поставьте рядом с левой ногой партнера. Теперь вы срослись

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.”

**Примечания.** Чтобы “третья” нога действовала дружно, ее можно скрепить либо веревочкой, либо резинкой. Кроме того, близнецы могут “срастись” не только ногами, но спинами, головами и т.д.

### **Мишки и шишки**

**Цель:** тренировка выдержки, контроль импульсивности.

**Условия игры.** По полу рассыпают шишки. Двум игрокам предлагают собрать их лапами больших игрушечных мишек. Выигрывает тот, кто соберет больше.

**Примечания.** Вместо игрушек можно использовать руки других игроков, но, например, повернутые тыльной стороной ладони. Вместо шишек можно использовать другие предметы – мячики, кубики и т.п.

### **“Говори” (Лютова Е.К., Моница Г.Б.)**

**Цель:** контроль импульсивности.

**Условия игры.** Детям дается инструкция: “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?” (выдерживается пауза). “Говори!”. “Какого цвета у нас в классе потолок?”. “Говори!”. “Сколько будет два плюс два?”. “Говори!”. “Какой сегодня день недели?”. “Говори!”. И.т.д

### **Толкни – поймай**

**Цель:** развитие внимания, контроль двигательной активности.

**Условия игры.** Дети делятся по парам, у каждой пары мяч. Один сидит, другой стоит на расстоянии 2-3 метра. Сидящий отталкивает мяч партнеру, быстро встает и ловит брошенный ему мяч. После нескольких повторений игроки меняются местами.

### **Передай мяч**

**Цель:** развитие внимания, контроль двигательной активности.

**Условия игры.** Дети распределяются на 2 равные группы, встают в 2 колонны и по сигналу передают мяч. Последний, стоящий в каждой колонне, получив мяч, бежит, становится впереди колонны и снова передает мяч, но уже другим способом. Игра заканчивается, когда с мячом впереди оказывается ведущий звена.

Варианты передачи мяча:

- над головой;
- справа или слева (можно чередуя лево-право);
- внизу между ног.

**Примечание.** Все это может проделываться под энергичную музыку.

### **Аисты – лягушки**

**Цель:** тренировка внимания, контроль двигательной активности.

**Условия игры.** Все игроки 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). Когда ведущих хлопнет два раза, игроки принимают позу “лягушки” (присесть,

пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

**Примечание.** Можно придумать другие позы, можно использовать гораздо большее количество поз – так игра усложняется. Пусть дети сами придумывают новые позы.

### **Испорченный телефон**

**Цель:** развитие слухового внимания.

**Условия игры.** В игре участвует не менее трех игроков. Словесное сообщение, состоящее от одного до нескольких слов передается игроками друг другу по кругу (шепотом, на ушко) пока не вернется к первому игроку. Повторять соседу передаваемое слово или предложение, если он его не расслышал, нельзя. Затем сверяется полученное сообщение с исходным и находится игрок, который исказил его.

### **Поиграем с предметами**

**Цель:** развитие внимания, его объема, устойчивости, концентрации, развитие зрительной памяти.

**Условия игры.** Ведущий выбирает 7-10 небольших предметов.

1. Положить предметы в ряд и прикрыть их чем-нибудь. Приоткрыв их секунд на 10, снова закрыть и предложить ребенку перечислить все предметы.
2. Снова ненадолго показать ребенку предметы и спросить его, в какой последовательности они лежали.
3. Поменяв местами два предмета, показать снова все предметы на 10 секунд. Предложить ребенку уловить, какие два предмета переложены.
4. Не глядя больше на предметы, сказать, какого цвета каждый из них.
5. Положив один на другой несколько предметов, попросить ребенка перечислить их подряд снизу вверх, а затем сверху вниз.
6. Разбить предметы на группы по 2-4 предмета. Ребенок должен назвать эти группы.