

## Игры для гиперактивных детей

1. Развитию внимания в детском саду могут поспособствовать следующие развлечения.

Игра «Опиши игрушку одним словом»

Эта игра очень интересна и увлекательна детям. Для игры понадобится мягкая игрушка. Все участники садятся в круг. Ребенок берет игрушку и описывает ее одним предложением, после передает следующему участнику. Второй игрок описывает совершенно другое качество игрушки и передает эстафету дальше. Очень важно объяснить детям, что повторяться нельзя, кто повторит сказанное предложение, тот получит штрафной балл. Победителем становится участник, который набрал меньше всего баллов.

Игра «Запомни картинку»

Перед детьми раскладываются 5 картинок с изображением овощей (фруктов, транспорта, сказочных героев). Дети за три секунды должны запомнить в каком порядке они разложены (кто за кем), после чего воспитатель накрывает картинки, и дети по очереди называют в каком порядке они расположены. Кто не ошибся, тот получает балл. Победитель определяется по количеству собранных баллов.

2. Игры для релаксации «Узнай предмет»

Перед ребенком раскладывают предметы из разных материалов. Например, кусочек ваты, деревянная игрушка, кусочек махровой ткани и зеркальце. Когда ребенок рассмотрел предметы, ему завязывают глаза. Затем мама осторожно прикасается любым предметом к руке ребенка, а он в свою очередь должен угадать предмет и из чего он изготовлен.

Во время занятия для расслабления мышц необходимо проводить физминутку. Например, дети показывают как ветер шатает деревья, как шелестит листва, как цветы тянутся к солнышку и как дети приседают к травке. Такие элементарные упражнения помогут детям расслабиться.

### 3. Игра для развития волевой регуляции

Гиперактивные дети любят очень громко говорить и не замечают как повышают голос.

Предложите ребенку поиграть в игру, которая поможет контролировать голос. Взрослый заранее оговаривает с ребенком условные знаки игры, которые разрешают делать определенное действие. Пальцы к губам – говорить нужно шепотом, ладони на щеках – молчи, а руки, поднятые вверх – можно громко разговаривать и кричать. Ребенку задается вопрос на который он должен ответить в соответствии с указанным знаком. Ведущий игры может в любой момент подать знак молчания.

### 4. Игра на развитие коммуникации «Крокодил»

Родитель рассказывает ребенку о тайном мире игрушек, где все игрушки ночью оживают и передвигаются очень тихо, что бы ни испугать детей. Взрослый изображает какую-либо игрушку, а ребенок угадывает ее и ответ изображает на бумаге. Затем игроки меняются ролями: малыш изображает игрушку, а взрослый угадывает и отвечает.

Игры такого рода замечательно развивают самоконтроль и помогают ребенку овладеть навыками контроля своего поведения.

Игры с гиперактивными детьми.

«Давайте поздороваемся». По сигналу ведущего дети хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определенным образом: 1 хлопок – здороваемся за руку; 2 хлопка – здороваемся плечиками; 3 хлопка – здороваемся спинкам. Для полноты тактильных ощущений можно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

«"Да" и "Нет" не говори». Дети располагаются по кругу. Ведущий, передавая предмет кому-то из детей, задает вопрос, на который должен ответить его товарищ. В ответах не должно быть слов: «да», «нет», «черный», «белый». Чем хитрее вопросы, тем интереснее игра. Проигравшие отдают «фанты». В конце игры эти «фанты» выкупаются (дети читают стихи, поют песни или

др.)

«Кричалки, шепталки, молчалки». Из разноцветного картона сделать три силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», можно бегать, кричать сильно шуметь; желтая ладонь – «шепталка» – означает, что можно тихо передвигаться и шептать; на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой».

#### «Клубочек»

Цель: Обучение ребенка одному из приемов саморегуляции.

Содержание: Расшалившемуся ребенку можно предложить смотать в клубочек яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше.

Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только мальчик или девочка начинает его сматывать, так сразу же успокаивается.

Когда подобная игра станет для ребенка привычной, он сам обязательно будет просить взрослого дать ему «волшебные нитки» всякий раз, как почувствует что он огорчен, устал или «завелся».

#### «Игры с песком и водой».

Специалисты считают, что игры с песком и водой просто необходимы для гиперактивных детей. В эти игры не обязательно играть только летом у озера. Можно их организовать и дома. Такие игры успокаивают ребенка. Первое время взрослые должны помочь ребенку в организации игры. Желательно, чтобы они подобрали соответствующие игрушки: лодочки, тряпочки, мелкие предметы, мячики, трубочки и др.

Если кто-то из родителей не хочет вносить в дом песок (а затем делать уборку в квартире), можно заменить его крупой, предварительно поместив ее в горячую духовку.

«Час тишины и час "можно"».

Договоритесь с ребенком о том, что, когда он устанет или займется важным делом, будет наступать час тишины. Он должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у него будет час «можно», когда разрешается прыгать, кричать, бегать. «Часы» можно чередовать в течение дня, а можно устраивать их в разные дни. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены. При помощи этой игры можно избежать нескончаемого потока замечаний, который взрослый адресует ребенку.