

1. Упражнение на развитие слуховой памяти.

Детям зачитываются слова с установкой на запоминание: одеяло, мёд, круг, белка, глаз, слеза, замок, муха, журнал, ранец.

2. Игра «Какой фигуры не стало?» (на развитие зрительной памяти и внимания).

Выставляются карточки с изображением геометрических фигур одного цвета. Дети запоминают порядок их расставления. Затем одна фигура убирается, а дети определяют, какой фигуры не стало.

3. Дыхательное упражнение.

Глубокий вдох. Во время вдоха медленно поднять прямые руки до уровня груди ладонями вперед. Задержать дыхание. Во время задержки дыхания сконцентрировать внимание на середине ладоней (ощущение «горячей монетки» в центре ладони). Медленный выдох. Выдыхая, рисовать перед собой обеими руками одновременно геометрические фигуры (квадраты, треугольники, круги).

4. Упражнение на развитие координации движений и графических навыков.

Нарисовать в тетради одновременно обеими руками фигуры: круги, квадраты, треугольники.

Педагог показывает на доске, как это делается, а затем дети приступают к самостоятельному выполнению задания

5. Психолог задает вопрос и кидает мяч кому-то из детей. Ребенок ловит мяч и отвечает на вопрос.

- Как в школе называют взрослого, который учит детей?

- Как в школе называют детей?

- Куда учитель ставит ученикам оценки?

- Коробка для ручек и карандашей?

- Перерыв между уроками называется?

- Прозвенел звонок, начинается?

- Стол, за которым пишут ученики? И т. д.

6. Игры и упражнения на развитие внимания

1. «Хозяин и тень»

Предложите ребенку побыть вашей тенью. Изображайте различные образы (только не очень сложные) и различные действия (плавать, бегать, прыгать, танцевать), а ребенок должен максимально точно повторять ваши движения. Затем поменяйтесь ролями и проверьте, насколько легко вам быть «тенью» своего ребенка. Кроме развития внимания, это упражнение дает хорошую «настройку» на другого человека. Мы учимся больше чувствовать и понимать людей, отзеркаливая их позы и движения.

2. «Назови»

Попросите ребенка посмотреть вокруг и назвать зеленые (деревянные, покрашенные, металлические, живые, толстые, длинные, кирпичные и т.п.) предметы. Такое упражнение увеличивает объем внимания и его устойчивость.

3. «Реакция»

Называйте ребенку различные слова: стол, кровать, чашка, карандаш, тетрадь, книга, воробей, вилка, лиса, одуванчик и т.д. Его задача, по договоренности, реагировать на определенные слова. Ребенок внимательно слушает и хлопает в ладоши тогда, когда встретится слово, обозначающее, например, животное. Если ребенок сбивается, повторите задание снова. Во второй серии можно предложить, чтобы ребенок вставал каждый раз, когда услышит слово, обозначающее растение. В третьей серии можно объединить первое и второе задания, то есть ребенок хлопает в ладоши при произнесении слова, обозначающего животное, и встает при произнесении слова, обозначающего какое-либо растение.