

ПОДБОРКА ДВИГАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ИГР ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ



ПОДБОРКА ДВИГАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ИГР ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ

Детям-дошкольникам и младшим школьникам порой трудно усидеть на месте, воспринимая новую информацию: им хочется бегать, прыгать, играть с мячом, взаимодействовать друг с другом. Так, направьте эту моторную активность в познавательное русло. Используйте нашу подборку двигательных упражнений и игр для развития и коррекции всех психических функций.

Они помогут также специалисту переключить детей с привычной работы за партой, привнести элементы игры для повышения заинтересованности, снять эмоциональное напряжение.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВНИМАНИЯ

Цель: воспитывать целенаправленность внимания, учить распределять внимание, развивать быстрое переключение внимания, увеличивать объем запоминаемых объектов, развивать устойчивость внимания.



Примеры игр:

«Запретное движение»

Специалист просит ребенка повторить движения за собой или по изображениям, а одно из движений (запретное) заменить хлопком или жестом.

«Стоп-игры с конфликтными командами»

На основе движения подключаем команды. Например, если я скажу «Гав!» ты должен бежать (прыгать/ползать), а если услышишь «Мяу!» — должен замереть на месте. Через определенное время вводим ложные команды, тренируя внимание.

«Удержание ритмов»

Специалист задает ребенку ритм с помощью музыкальных или подручных инструментов, хлопками или отстукиванием, а ребенок должен воспроизвести ритмический рисунок правильно. Постепенно увеличиваем объем движений.

«Я знаю пять...»

Развиваем и память, и речевые функции, и умение одновременно чеканить мяч и вспоминать названия животных, растений, игрушек и пр.

«Летели две птички»

Хороводная игра, которая учит детей двигаться в соответствии с текстом, координации движений, ловкости, ориентации в пространстве.

ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ВОСПРИЯТИЯ

Цель: развивать пространственное восприятие, формировать умение правильно ориентироваться в местоположении предметов, чувствовать свое тело в пространстве, понимать силу и скорость своих движений.



Упражнения для развития крупной моторики:

- полосы препятствий;
- игры с большими мячами;
- координационная лестница;

- рисование на больших листах;
- действия с опорой на руки, например, изображение походки животного.

Использование массажных мячей, подушек, балансиров с целью получения кинестетических ощущений, ощущения баланса, понимания работы своих мышц.

Выполнение заданий с закрытыми глазами (например, «робот»)

Упражнения стоит использовать на этапе формирования пространственной ориентировки как усложненный вариант.

ИГРЫ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПАМЯТИ

Цель: научить ребенка использовать различные модальности памяти (двигательную, слуховую, тактильную, зрительную), развивать возможности «перевода» информации из одной модальности в другую, увеличивая тем самым объём памяти и устойчивость.



«Повтори за мной»

Ребенок повторяет последовательность различных крупных и мелких движений вслед за педагогом. Можно поочередно привлекать ребят к придумыванию комплекса движений на повторение.

Игры с мячом, где требуется запоминать прямую и обратную последовательность бросков

Двигательные марафоны или «схемы движений»

Стоп-игры, где нужно запоминать и переключаться на различные виды движений по команде. Например, когда услышишь слово «Брысь», пройди как лисичка, а при слове «Хлоп!» как косолапый медведь, опираясь на внешнюю сторону стопы.

«Кукловод»

Ребенок закрывает глаза, а специалист показывает серию движений руками ребенка. Эту последовательность действий ученик должен потом воспроизвести по памяти с открытыми или закрытыми глазами на основе полученных ощущений.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗВИТИЯ НАВЫКА МОТОРНОГО ПЛАНИРОВАНИЯ

Цель: научить ребенка задумывать, организовывать и выполнять новое действие или последовательность действий. Особое внимание уделить развитию и формированию схемы тела, проприорецепции, чувству равновесия.



«Полосы препятствий»

Ребенок преодолевает нескольких препятствий по собственной инструкции или задания взрослого. Здесь ученику предоставляется возможность придумать серию упражнений, оценить, за какое время, или с какой попытки он справится.

«Воздушное письмо»

В воздухе перед собой ребёнок пишет буквы, используя всю руку, проговаривая каждый шаг.

«Телесный алфавит»

Дети изображают своими телами буквы в сидячем или лежащем состоянии.

«Летели две птички»

Ребенок объясняет «неразумному» взрослому правила игры, показывает движения в определенной последовательности, оценивает правильность выполнения движений взрослым.

ВНИМАНИЕ! Использование данных игр и упражнений психомоторной коррекции может быть неэффективно и небезопасно в работе с детьми, находящимися в острой фазе психического или соматического заболевания, детьми с психотравмой, с умственной отсталостью тяжелой и глубокой степени, а также детьми из семей с выраженными дисфункциональными детско-родительскими отношениями.

🔊 Напоминаем, что 27 сентября в 19:00 по мск Плахова Светлана Александровна и Семенова Ольга Александровна приглашают логопедов, психологов, педагогов и других специалистов на онлайн-практикум **«Как использовать мяч на коррекционных занятиях»**.

Вы узнаете, как с помощью простого и доступного предмета развивать память, внимание, речь, ориентировку в пространстве, глагодвигательную координацию, регуляцию тонуса, точности и силы движений, развитие ловкости, быстроты реакции, крупную и тонкую моторику.

Лекторы, нейропсихологи с 25-летним опытом работы, раскроют практические приемы работы с мячом и подскажут, на что обратить внимание при выборе мячей для занятий.