

Упражнения на развитие внимания, зрительной и двигательной памяти

Скоро ребенок пойдет в школу, и хорошая подготовка ему не помешает. Умение сконцентрировать внимание на конкретном объекте поможет усвоить материал урока и выдержать целый урок на месте. Хорошая зрительная память выручит, когда, например, ребенок начнет учить английский – ведь там пишется все не так, как говорится. Моторная память пригодится, когда учитель физкультуры попросит повторить за ним движение. Словом, все эти упражнения окажутся кстати при подготовке детей к школе.

Упражнение «Что изменилось?»

Перед ребенком ставят несколько игрушек – до 10 штук. Он должен запомнить, что в каком порядке стоит. Затем ребенок отворачивается, а взрослый меняет местами несколько игрушек. Ребенок должен угадать, что изменилось. Вариантов упражнения несколько. Так, например, вы можете не менять игрушки местами, а некоторые из них просто придвинуть ближе к краю, другие, наоборот, отодвинуть подальше, на задний план. Также можно что-то менять во внешнем виде игрушек: кукле надеть другое платье, в кузов машины положить кубик, на пирамидке поменять местами цветные кольца. Можно уменьшать и увеличивать количество игрушек, менять их форму и местоположение. То есть куклу можно, если до этого она стояла посадить; машинку повернуть в другую сторону; из кубиков, которые лежали в кучке просто так, построить башенку.

Упражнение «Светофор»

Дети рисуют на асфальте дорожку небольшой ширины, чтобы через нее можно было переступить. По одну сторону стоит ведущий, по другую – игроки. Ведущий называет какой-то цвет, например, зеленый. Участники внимательно рассматривают свою одежду и вещи (часы, сережки и пр.) и ищут на себе этот цвет: зеленой может оказаться маленькая деталь, например, элемент рисунка на футболке – важно вовремя это заметить. Те, находят у себя что-то зеленого цвета, показывают это ведущему и переходят дорогу. Тот, у кого зеленого цвета не оказалось, становятся ведущими. Ведущих может оказаться несколько, и все они терпеливо ждут, пока кто-то сменит их. О цвете, который они будут загадывать, ведущие договариваются вместе.

Упражнение «Руки вверх!»

Для этого упражнения понадобятся несколько человек. Желательно, чтобы это были дети. С помощью жеребьевки выбирают, кто будет ведущим. Участники образуют круг, ведущий становится в его центр. Игра начинается тем, что ведущий спокойно ходит внутри круга. Затем он останавливается напротив одного из участников (останавливаться надо точно напротив игрока) и говорит ему: «Руки вверх!» или просто: «Руки!». Если непонятно, напротив какого-именно игрока остановился ведущий, его

команда не выполняется. Тот же, к кому обратился ведущий, ничего не должен делать и рук не поднимает. Зато руки должны поднять его соседи, которые стоят слева и справа от него. Причем сосед справа поднимает только свою левую руку, сосед слева – только свою правую. Если кто-то из соседей ошибся, поднял или попытался поднять не ту руку, он считается проигравшим и меняется с ведущим местами.

Упражнение можно выполнять в двух вариантах: участники стоят или сидят. Это упражнение проводят, пока кому-то из детей не надоест. Выигрывает тот, кто-либо вообще не был ведущим, либо был им реже других.

Упражнение «Встанем в круг»

Количество участников данной игры не должно быть больше 10. Все игроки становятся в круг. Дается инструкция: «В течение 1-2 минут можно рассматривать друг друга. Постарайтесь запомнить максимально точно, кто как выглядит сегодня». Затем все поворачивается к центру круга спиной. Каждый из игроков должен рассказать, во что были одеты люди, стоящие от него через один справа и слева. Рассказывать нужно как можно более подробно: каков был цвет одежды, материал, длина одежды, сколько и каких было застежек и пр. О том, что рассказывать нужно будет именно об этих людях, игроки заранее знают, а поэтому им приходится запоминать внешний вид участников.

Упражнение «Пчелка на цветке»

Детям нужно заранее приготовить несколько фантов – с каждого хотя бы по две штуки. В качестве фантов могут выступать мелкие игрушки, резинки, ручки, конфеты и пр. Затем начинаю игру: дети садятся в круг, ведущий остается в центре. Он дает каждому новое имя, и тот должен его запомнить. Но имена у ребят необычные, это название цветков. Возможные «имена» для мальчиков – подсолнух, одуванчик, тюльпан, пион, ландыш, подснежник, клевер; для девочек – лилия, ромашка, роза, гвоздика, хризантема. Ведущий говорит: «Прилетела пчелка и села на клевер». Клевер должен отозваться и сказать: «На клевере была, но уже улетела на ромашку» (называет один из присутствующих цветков). «Ромашка» отзывается и говорит: «На ромашке была, но уже улетела на пион» и т.д. Тот, кто вовремя не отзовется, отдает один фант. В конце игры фанты нужно выкупать. Для того, чтобы получить свои фанты обратно, нужно рассказать стишок, спеть песенку или загадать другим загадку. Данное упражнение хорошо развивает внимание и память: нужно запомнить, как кого зовут, нужно не прозевать, когда тебя назовут. А в конце игры нужно еще и вспомнить стишок или что-то вместо него, чтобы получить свой фант обратно.

Модификация игры: вместо названий цветков можно использовать название деревьев, но тогда по ним будет летать уже не пчелка, а птичка.

Упражнение «Закрути вслепую»

Ребенку подбирают несколько баночек с завинчивающимися крышками. Баночки должны быть разного размера. Проверьте, чтобы крышки закручивались достаточно плотно. Ребенку дается время, чтобы он внимательно рассмотрел эти банки, потрогал их, но крышки не открывал. Затем ему завязывают глаза, крышки от банок открывают, перемешивают и предлагают ребенку на ощупь определить, от какой

банки какая крышка. Крышки нужно не просто найти, но и вслепую закрутить банки. Более легкий вариант этого упражнения: вместо банок с крышками даются небольшие коробки с крышками тоже разного размера.