

## **Консультация для родителей «Игры для гиперактивных детей»**

### **«Ласковые лапки»**

Цель: снизить напряжение, агрессивность, развивать чувственное восприятие, гармонизировать отношения между ребенком и взрослым.

#### **Ход игры**

Взрослый подбирает 6-7 мелких предметов различной фактуры: кусочек меха, стеклянный флакон, бусы, вату... Ребенку предлагают оголить руку до локтя, воспитатель объясняет, что по руке будет ходить «зверек» и касаться ласковыми лапками. Надо с закрытыми глазами угадать какой «зверек» прикасался к руке- отгадать предмет. Прикосновения должны быть поглаживающими, приятными

Вариант игры: «зверек» будет прикасаться к щеке, колену, ладони.

### **«Разговор с руками»**

Цель: научить детей контролировать свои действия

#### **Ход игры**

Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэт ладоней. Затем предложите ему оживить ладошки- нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять беседу с руками. Спросите:»Кто вы,? как вас зовут? Чего любите? Чего не любите?» Если ребенок не подключается к разговору, проговорите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что руки хорошие, они многое умеют делать, но иногда они не слушаются своего хозяина. Закончить игру можно заключением договора между руками и хозяином. Пусть руки пообещают, что в течении 2- 3 дней, они будут делать только хорошие поступки: мирится, играть, ни кого ни обижать. Затем можно снова поиграть в эту игру заключив договор на более длительный срок, похвалив руки и хозяина.

### **«Говори»**

Цель: развивать умение контролировать импульсивные действия.

#### **Ход игры**

Детей знакомят с правилами игры: «Ребята, я буду задавать вам вопросы, но отвечать можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори»

1. Какое сейчас время года?
2. Какого цвета у нас потолок в группе?
3. Какой сегодня день недели?
4. Сколько будет два плюс два?
5. Какого цвета трава летом?

### **«Многоножки»**

**Цель:** развивать мелкую моторику рук, и умение контролировать свои действия.

#### **Ход игры**

Перед началом игры предложите детям положить руки на край стола. По сигналу взрослого: пошли многоножки вверх, дети начинают двигать всеми пальцами вверх. Направления необходимо менять- низ, в правую сторону, левую сторону...

### **«Ловим комаров»**

Цель: снять мышечное напряжение с кистей рук предоставить возможность гиперактивным детям подвигаться в свободном ритме и темпе.

#### **Ход игры**

Предложить представить детям, что наступило лето, и в открытое окно налетели комары. По команде «Начали» будем ловить комаров. Вот так. Педагог в медленном темпе или среднем темпе разжимает и сжимает кулаки. По команде Стоп, перестаем ловить комаров. Устали. Опускаем расслабленные руки вниз. Пусть руки отдыхают. А теперь снова за работу.

### **«Черепахи»**

Цель: развивать двигательный самоконтроль.

#### **Ход игры**

Взрослый говорит детям, что они пойдут в гости у черепашке. Но идти необходимо медленно, как ходят черепашки. Никто не должен останавливаться и спешить. Побеждает тот, кто придет самым последним. Упражнение повторяется несколько раз.

### **«Руки-ноги»**

Цель: развивать концентрацию внимания и двигательный самоконтроль.

Ноги вместе- руки врозь

Ноги врозь- руки вместе

Ноги вместе- руки вместе

Ноги врозь- руки врозь

Цикл прыжков повторяется несколько раз.

Ноги вправо- руки влево

Ноги влево- руки вправо

Ноги вправо- руки вправо

Ноги влево- руки влево

**Составил: педагог-психолог Петрова В. А.**