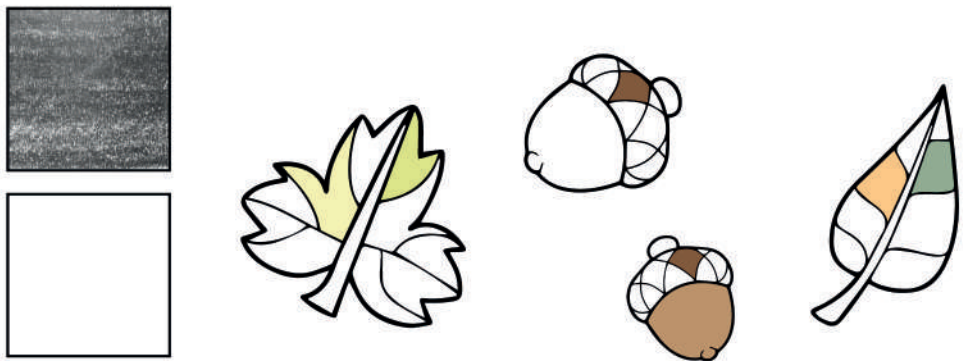


# НЕЙРОПРОПСИ + НЕЙРОИГРЫ



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



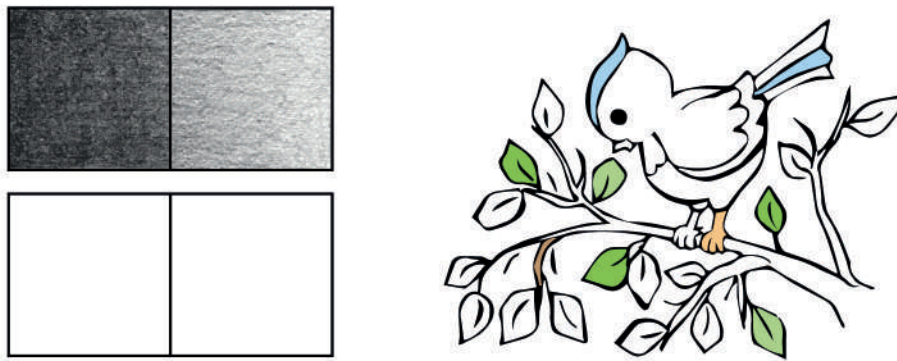
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



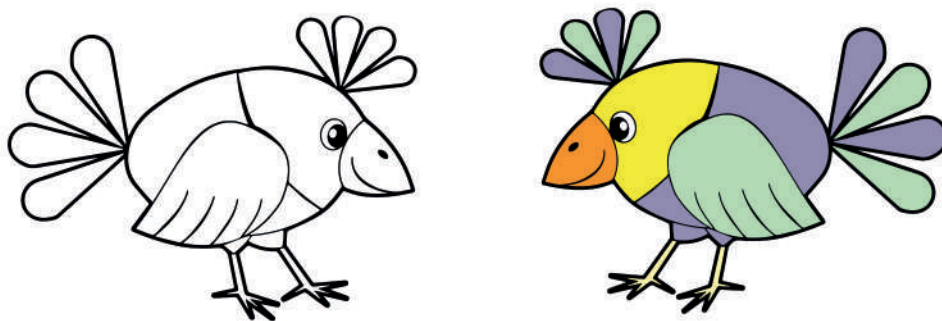
2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



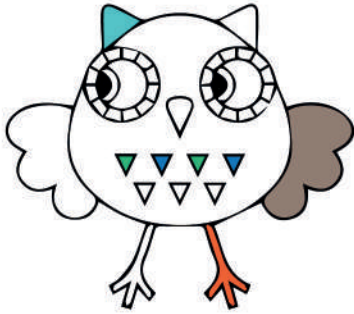
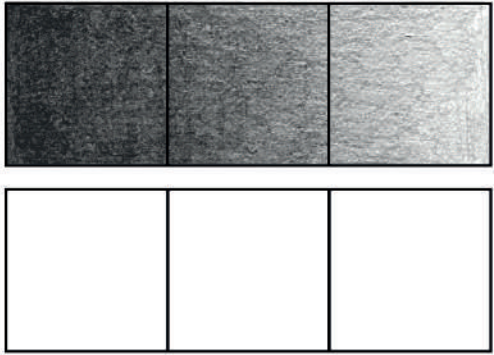
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



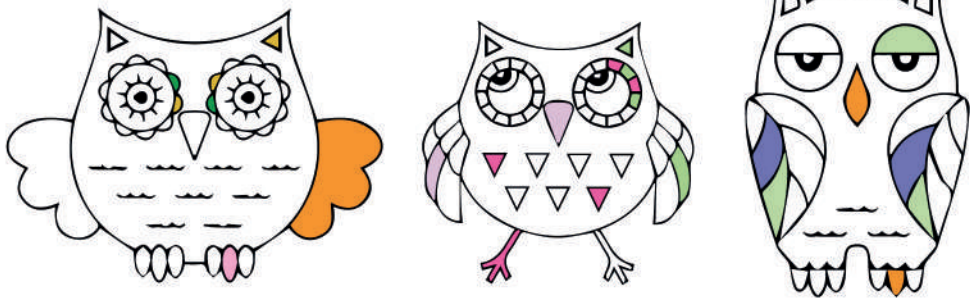
2 Закончи строку закрытыми глазами

V V V

3 Закончи строки



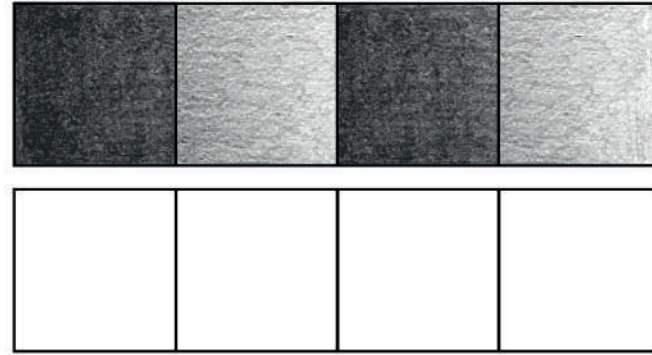
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами

// • //

3 Закончи строки



4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



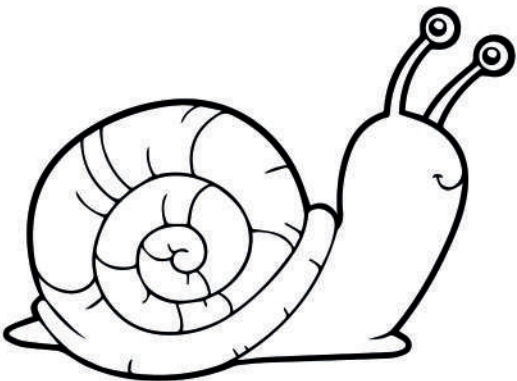
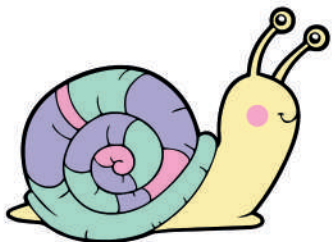
2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



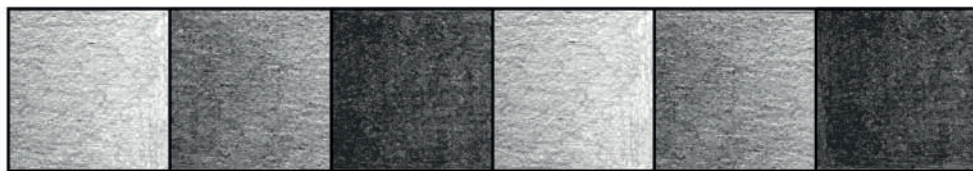
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



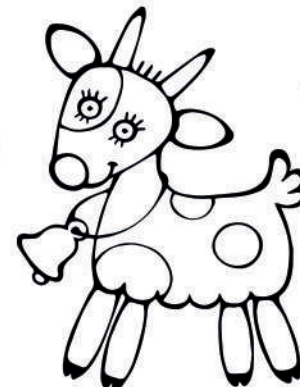
2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



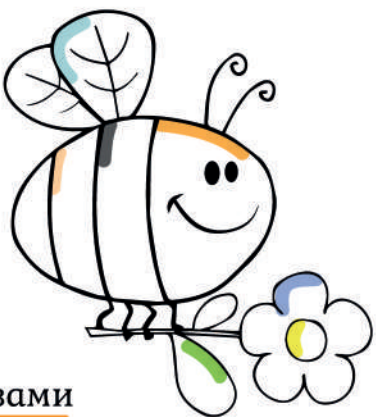
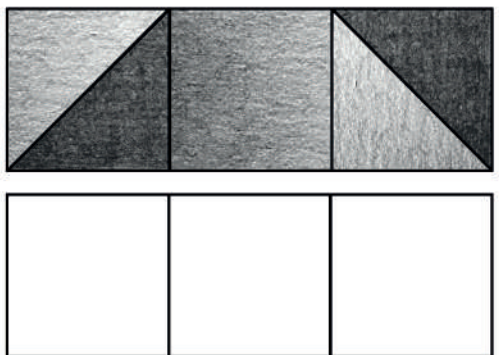
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами

XVXV

3 Закончи строки



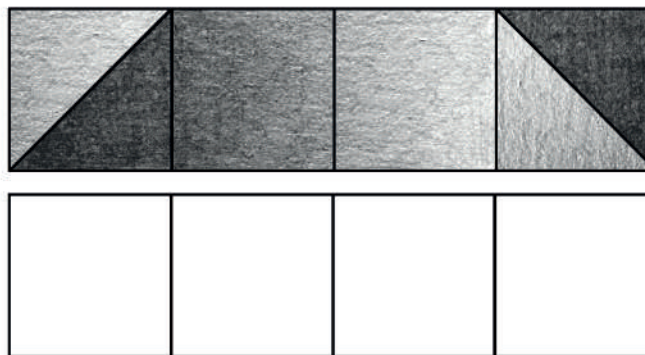
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



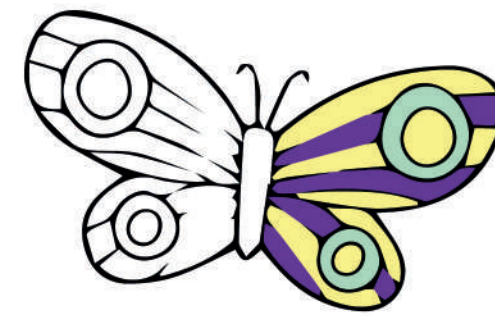
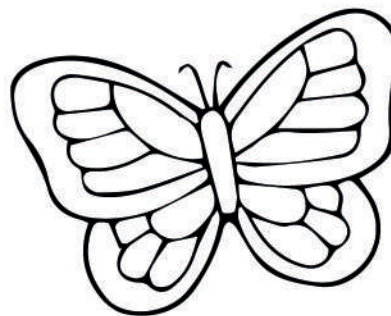
2 Закончи строку закрытыми глазами

○○○

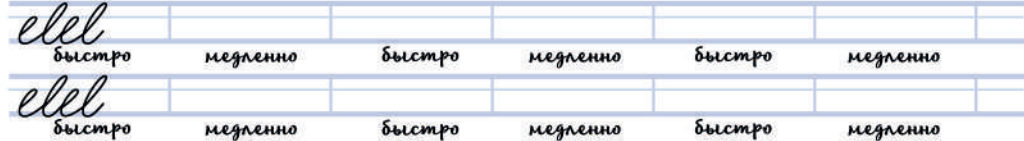
3 Закончи строки



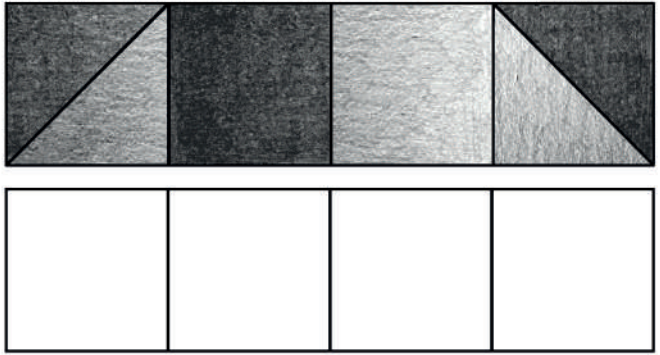
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



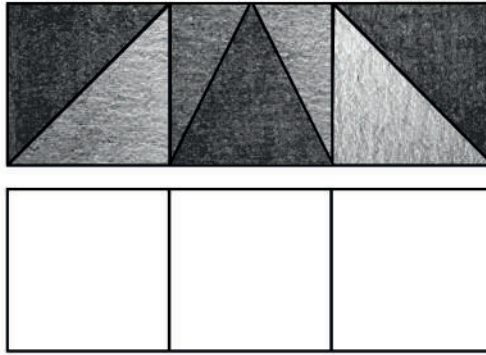
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



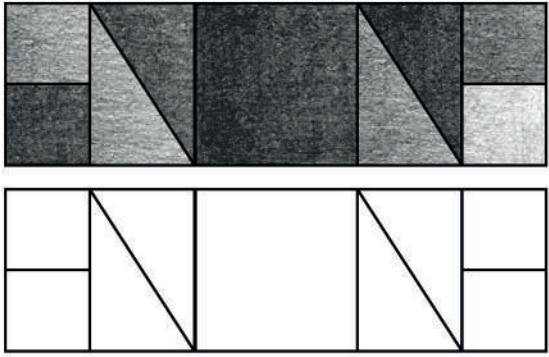
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



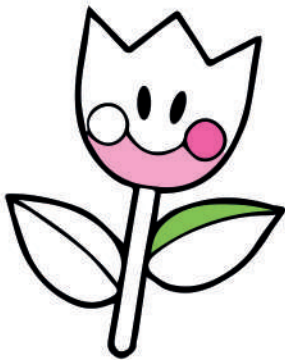
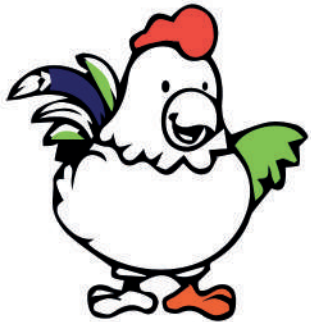
2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



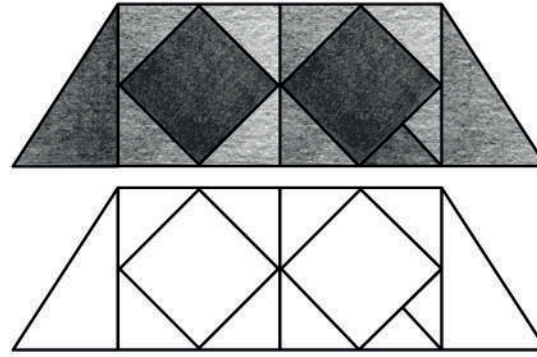
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



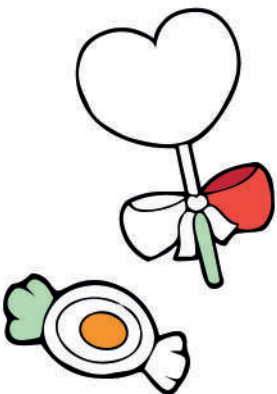
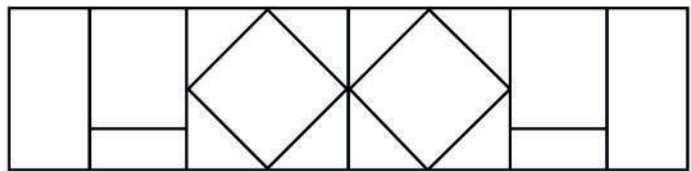
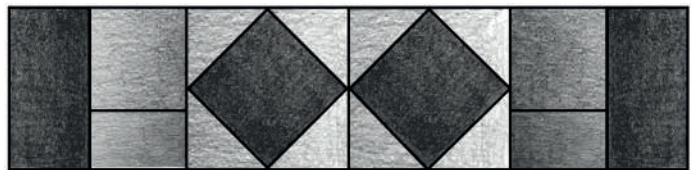
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



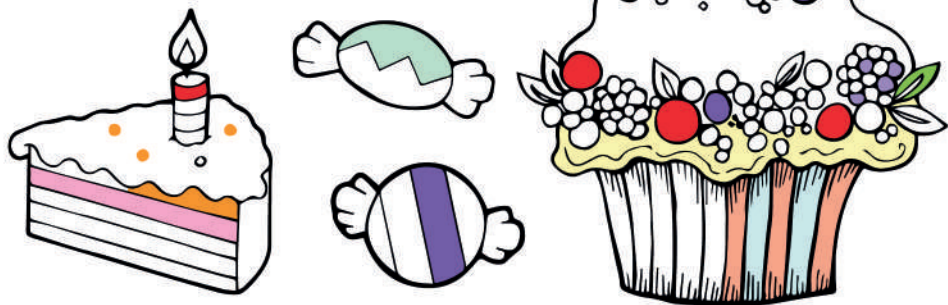
2 Закончи строку закрытыми глазами

□ ○ △

3 Закончи строки



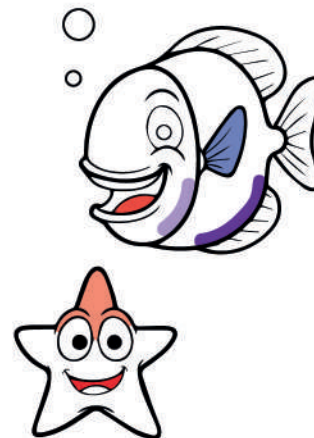
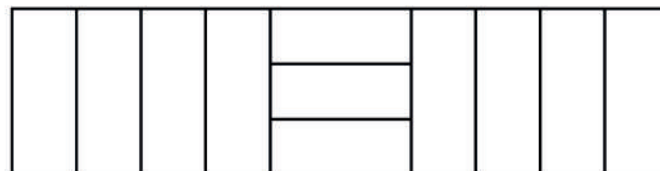
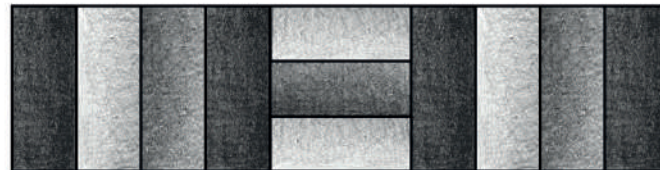
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами

= || = ||

3 Закончи строки



4 Раскрась по образцу

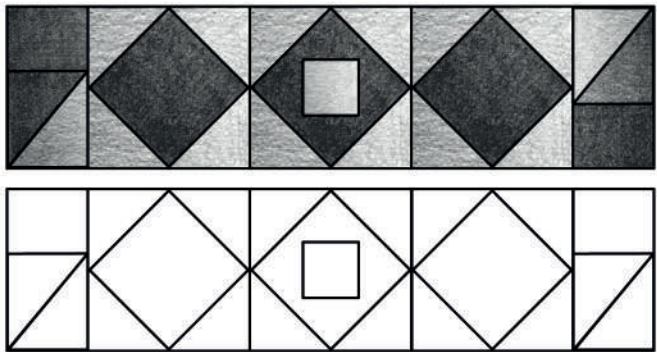


5 Закончи строки по образцу по заданному темпу





1 Закрась простым карандашом по образцу



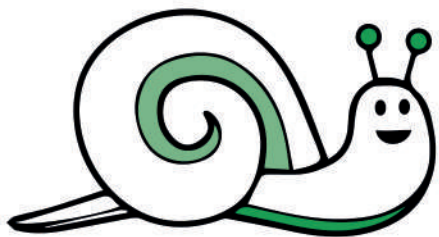
2 Закончи строку закрытыми глазами



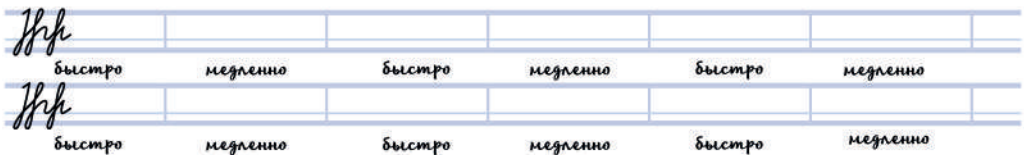
3 Закончи строки



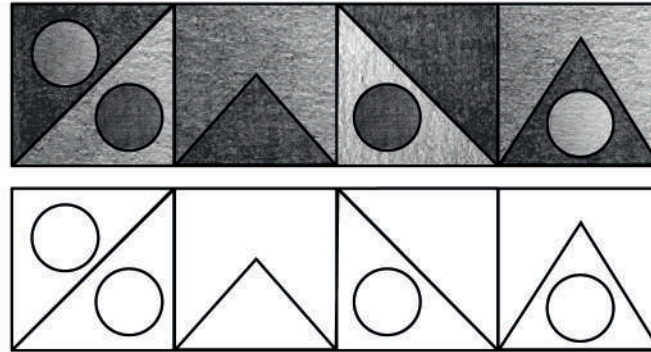
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



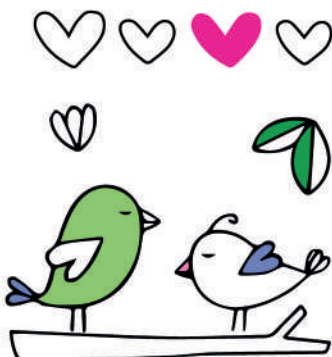
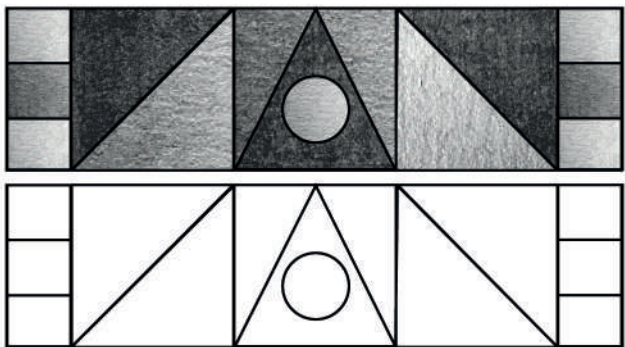
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



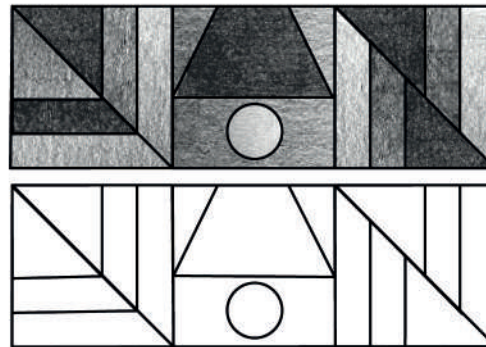
4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



1 Закрась простым карандашом по образцу



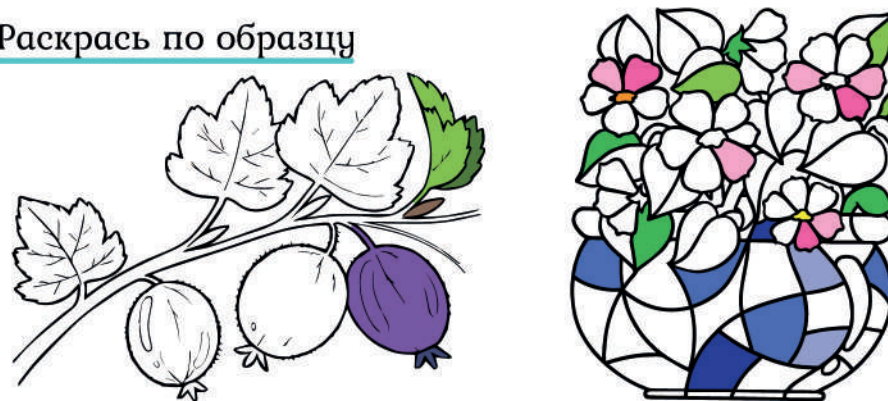
2 Закончи строку закрытыми глазами



3 Закончи строки



4 Раскрась по образцу



5 Закончи строки по образцу по заданному темпу



### 1. Нос — пол — потолок

Развитие внимания и снятие импульсивности.

Взрослый показывает рукой на свой нос, затем на потолок, затем на пол, одновременно называя их. Ребёнок повторяет. Затем взрослый, увеличивая скорость, начинает путать ребёнка, показывая одно, а называя другое. Ребёнок должен показывать, то что называет взрослый, игнорируя его показывание.



### 2. Цветные карточки

Развитие ориентации в пространстве, относительно своего тела и умение быстро переключаться.

У взрослого в руках четыре цветные карточки. Он показывает их в произвольном порядке и сопровождает инструкцией. Ребёнок должен делать шаги согласно инструкции.

Например: «ЖЁЛТАЯ — шаг вперёд, ЗЕЛЁНАЯ — шаг назад, СИНЯЯ — влево, КРАСНАЯ — вправо».

Спустя время инструкцию к цвету карточки можно поменять, тем самым сломав стереотип.

### 3. Дутибоп

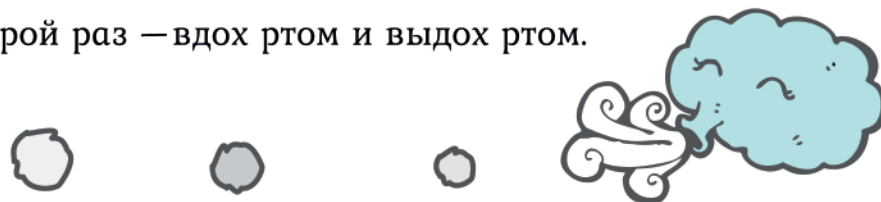
Повышение тонуса мозговой деятельности.

Ребёнок и взрослый сидят или лежат на полу друг напротив друга. Перед каждым из них — ворота для шарика, сделанные из карандашей или ручек. Роль шарика может выполнять скомканный листочек бумаги или ваты.

Шарик кладётся между игроками на одинаковом расстоянии от каждого. По команде игроки начинают дуть, стараясь загнать шарик в ворота противника.

Другой вариант этой игры — «Рекорды», когда ребёнок соревнуется сам с собой. Ребёнок дует на шарик, стараясь с каждым разом продвинуть его как можно дальше. Результат каждой попытки отмечается, например, карандашом.

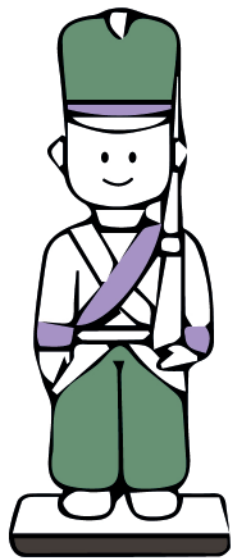
Дополнительно можно попросить ребёнка чередовать вдохи: первый раз — вдох носом, выдох ртом, второй раз — вдох ртом и выдох ртом.



Игры для снятия мышечного и эмоционального напряжения (релаксации) у гиперактивных детей.

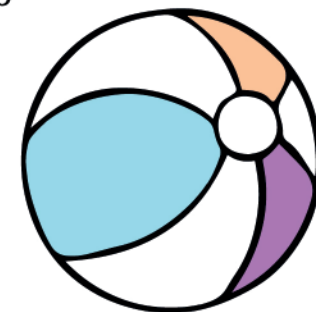
### 1. Солдат

Предложите ребенку представить, что он солдат. Вспомните вместе с ним, как нужно стоять на плацу, вытянувшись в струнку и замерев. Пусть игрок изобразит такого военного, как только вы скажете слово «солдат». После того как ребенок постоит в такой напряженной позе, произнесите другую команду - «тряпичная кукла». Выполняя ее, мальчик или девочка должны максимально расслабиться, слегка наклониться вперед так, чтобы их руки болтались, будто они сделаны из ткани и ваты. Помогите им представить, что все их тело мягкое, податливое. Затем игрок снова должен стать солдатом и т. д. Заканчивать такие игры следует на стадии расслабления.



### 2. Насос и мяч.

Если ваш ребенок хоть раз видел, как сдувшийся мяч накачивают насосом, то ему легко будет войти в образ и изобразить изменения, происходящие в этот момент с мячом. Итак, встаньте напротив друг друга. Игрок, изображающий мяч, должен стоять с опущенной головой, вяло висящими руками, согнутыми в коленях ногами (то есть выглядеть как ненадутая оболочка мяча). Взрослый тем временем собирается исправить это положение и начинает делать такие движения, как будто в его руках находится насос. По мере увеличения интенсивности движений насоса «мяч» становится все более накаченным. Когда у ребенка уже будут надуты щеки, а руки с напряжением вытянуты в стороны, сделайте вид, что вы критично смотрите на свою работу. Потрогайте его мышцы и посетуйте на то, что вы перестарались и теперь придется сдувать мяч. После этого изобразите выдергивание шланга насоса. Когда вы это сделаете, «мяч» сдуется настолько, что даже упадет на пол.



Чтобы показать ребенку пример, как играть надувающимся мячом, лучше сначала предложить ему побыть в роли насоса. Вы же будете напрягаться и расслабляться, что поможет и вам отдохнуть, а заодно и понять, как действует этот метод.

### 3. Шалтай-болтай

Персонаж этой игры наверняка понравится гиперактивному ребенку, так как их поведение во многом схоже.

Чтобы ваши сын или дочь лучше вошли в роль, вспомните, читал ли он стихотворение С. Маршака о Шалтае-Болтае. А может быть, он видел мультфильм о нём? Если это так, то пусть ребенок расскажет о том, кто такой Шалтай-Болтай, почему его так называют и как он себя ведет. Теперь можете начинать игру. Вы будете читать отрывок из стихотворения Маршака, а ребенок станет изображать героя. Для этого он будет поворачивать туловище вправо и влево, свободно болтая мягкими, расслабленными руками. Кому этого недостаточно, может



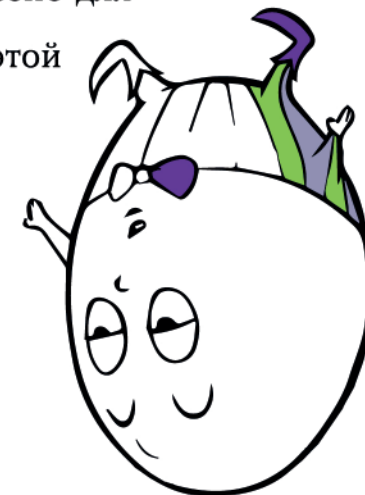
крутить еще и головой. Итак, взрослый в этой игре должен читать стихотворение:

Шалтай-Болтай  
Сидел на стене.  
Шалтай-Болтай  
Свалился во сне.

Когда вы произнесете последнюю строчку, ребенок должен резко наклонить тело вперед и вниз, перестав болтать руками и расслабившись. Можно позволить ребенку для иллюстрации этой части стихотворения упасть на пол, правда, тогда стоит позаботиться о его чистоте и ковровом покрытии.

Чередование быстрых, энергичных движений с расслаблением и покоем очень полезно для гиперактивного ребенка, так как в этой игре он получает определенное удовольствие от расслабленного падения на пол, а значит, от покоя. Чтобы добиться максимального расслабления, повторите игру несколько раз подряд.

Чтобы игра не наскучила, можно читать стихотворение в разном темпе, а ребенок соответственно будет замедлять или ускорять свои движения.



Игры, развивающая навыки  
волевой регуляции (управления)  
у гиперактивных детей.

1. Эта игра развивает способность осознанно регулировать громкость своих высказываний, стимулируя ребенка говорить то тихо, то громко, то вообще молчать.

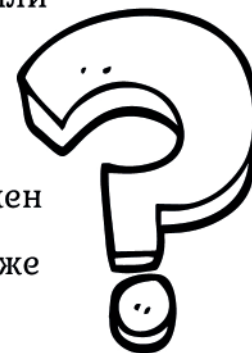
Выбирать одно из этих действий ему предстоит, ориентируясь на тот знак, который вы ему показываете. Заранее договоритесь об этих знаках. Например, когда вы прикладываете палец к губам, то ребенок должен говорить шепотом и передвигаться очень медленно. Если вы положили руки под голову, как во время сна, ребенку следует замолчать и замереть на месте. А когда вы поднимете руки вверх, то можно разговаривать громко, кричать и бегать.

Эту игру лучше заканчивать на этапе «молчу» или «шепчу», чтобы снизить игровое возбуждение при переходе к другим занятиям.



2. Сейчас вы будете просто общаться с ребенком, задавая ему любые вопросы. Но отвечать он вам должен не сразу, а только когда увидит условный сигнал, например сложенные на груди руки или почесывание затылка.

Если же вы задали свой вопрос, но не сделали оговоренное движение, ребенок должен молчать, как будто не к нему обращаются, даже если ответ вертится у него на языке.



3. В этой игре ребенку необходимо быть внимательным и суметь преодолеть двигательный автоматизм, контролируя свои действия.

Включите какую-нибудь танцевальную музыку. Пока она звучит, ребенок может прыгать, кружиться, танцевать. Но как только вы выключите звук, игрок должен замереть на месте в той позе, в которой его застала тишина.



## Игры для развития внимания у гиперактивных детей

1. Предложите ребенку выбрать одну любую игрушку. Теперь объясните правила. В этой игре можно говорить только об одном - о выбранной игрушке. Причем говорит только тот, у кого игрушка в руках. Сказать нужно одно предложение, описывающее эту игрушку в целом или какие-то ее детали. После этого следует передать ее другому игроку. Тогда он скажет свое предложение об этом же предмете.

Обратите внимание, что нельзя повторять уже сказанные ответы или делать отвлеченные высказывания. Так фразы типа: «А я у бабушки видел похожую...» - будут караться штрафным баллом. А игрок, набравший три таких балла, считается проигравшим! Сюда же начисляются штрафы за повторение сказанного и ответ не в свою очередь.

Лучше ограничивать время этой игры. Например, если по истечении десяти минут никто из участников не



2. Выберите маленькую игрушку или предмет, который ребенку предстоит найти. Дайте ему возможность запомнить, что это такое, особенно если это новая вещь в доме. Попросите ребенка выйти из комнаты. Когда он выполнит эту просьбу, поставьте выбранный предмет на доступном взгляду месте, но так, чтобы тот не сразу бросался в глаза. В этой игре нельзя прятать предметы в ящики стола, за шкаф и тому подобные места.

Игрушка должна стоять так, чтобы играющий мог ее обнаружить, не дотрагиваясь до предметов в комнате, а просто внимательно их рассматривая.



3. Необходимо взять лист бумаги и расчертить его на 16 клеток (квадрат из четырех клеток по вертикали и четырех по горизонтали). Изображение мухи можно сделать самим на отдельном маленьком листке или взять пуговку (игровую фишку), которая будет просто символизировать это насекомое.

Поместите вашу «муху» на какую-либо клетку игрового поля (на нашем бланке начальное положение насекомого задано рисунком). Теперь вы будете ей приказывать, на сколько клеточек и в каком направлении нужно перемещаться. Ребенок должен представить себе мысленно эти передвижения.

После того как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна клеточка вверх, две вправо, одна вниз), попросите сына (дочь) показать то место, где теперь должна быть хорошо дрессированная муха. Если место указано верно, то передвиньте муху на соответствующую клеточку. Продолжайте быть «повелителем мух».

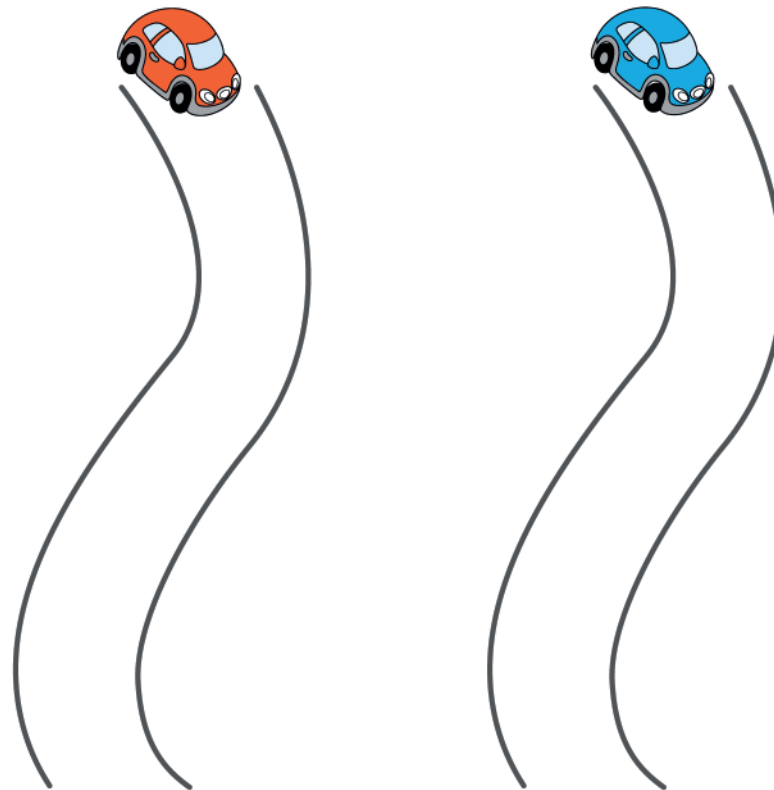


Развитие межполушарных взаимодействий, повышение самоконтроля.

### Машинки.

Предложите ребёнку взять в каждую руку по ручке. Нужно провести машинки по дорожкам, рисуя двумя руками одновременно.

Главная задача, чтобы машинки ехали по самой середине дорожки и не ударялись о «бордюры».







### 1. Числовой поиск

Развитие произвольного внимания и самоконтроля.

Числа в таблице располагаются в свободном порядке, некоторые числа отсутствуют.

Ребёнку выдается от 2 до 50 карточек в зависимости от его подготовленности.

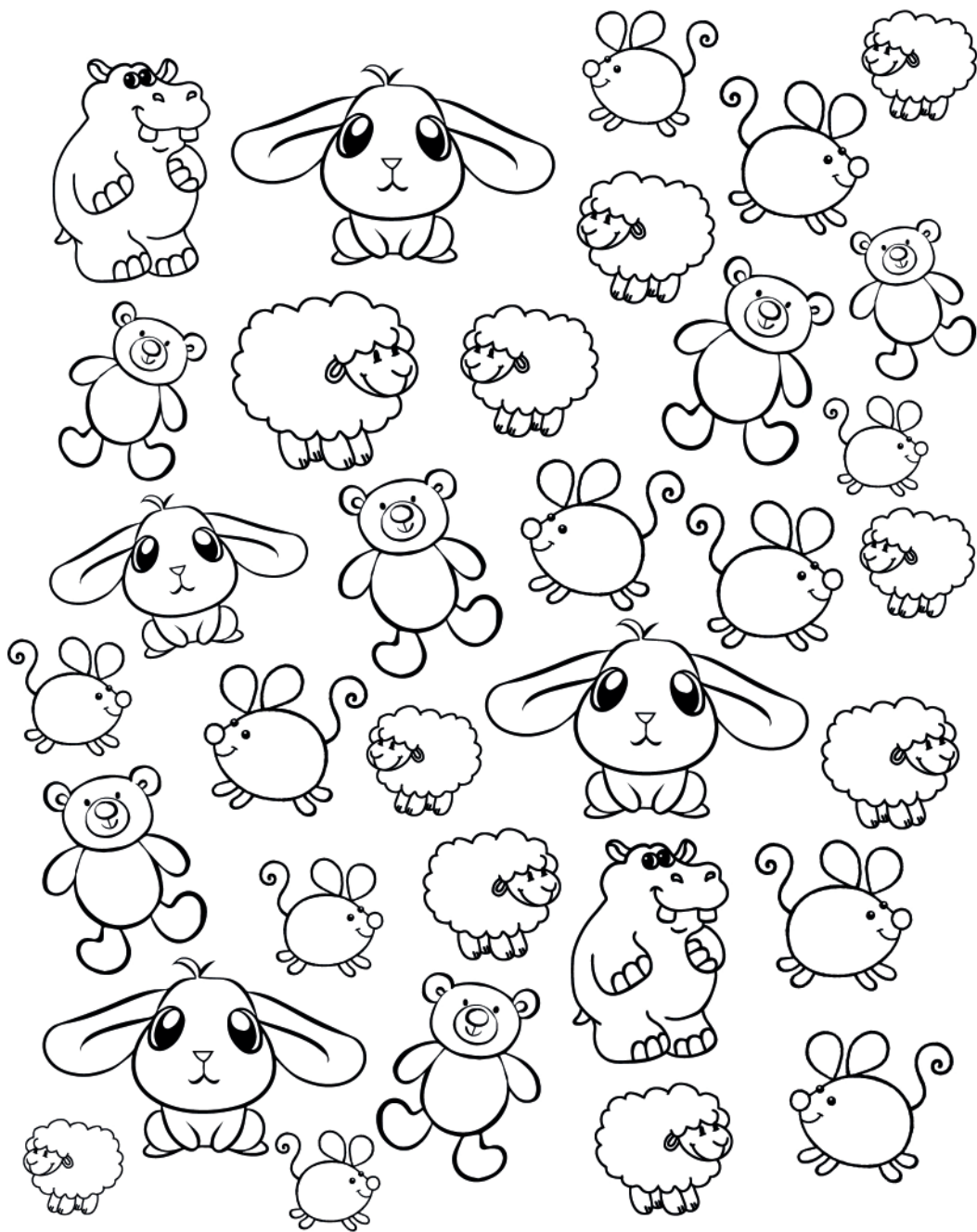
Нужно по очереди посмотреть на каждую карточку и сравнить, есть ли такое число в таблице. Если есть, показать.

1	16	3	47	73	80	28	84	63	35
4	96	24	100	26	94	67	41	50	13
93	8	95	74	6	97	21	99	46	44
64	15	5	77	68	54	59	33	77	19
2	9	43	65	58	43	30	40	61	32

## 1. Карточки для резки

20	31	50	32	42	12	8	27	18	39
1	16	3	47	73	80	28	84	63	35
4	96	24	100	26	94	67	41	50	13
93	8	95	74	6	97	21	99	46	44
64	15	5	77	68	54	59	33	77	19
2	9	43	65	58	43	30	40	61	32

1. Найди и обведи всех мышат.



2. Найди и обведи всех медуз.

