**Игры для медлительных детей**

**Рекомендации**

1. Не торопите медлительных детей. Понукания взрослого и ситуация спешки еще больше могут замедлить движения ребенка. Пусть лучше сама игра создает условия, когда ему захочется сделать что-то быстрее, чтобы соответствовать игровой роли или стать победителем.
2. Проводите эти игры систематически (каждый день или хотя бы через день).
3. Каждое занятие не должно превышать 10 минут, можно проводить его в два и три приема в разное время дня.
4. Начинать играть нужно обязательно в хорошем настроении и стараться поддерживать приподнятый эмоциональный фон в течение всего игрового занятия. В случае если ребенок проигрывает, оберните все в шутку или помогите ему отыграться. Позаботьтесь о том, чтобы ваши занятия не стали дополнительным ударом по самооценке вашего сына или дочери.
5. Хвалите ребенка и радуйтесь даже самым маленьким его достижениям. Этим вы поможете ему сформировать самоуважение и веру в свои силы, которые понадобятся в жизни ничуть не меньше, чем быстрота реакции.
6. Чаще используйте в играх резкую смену скорости движений — от медленных к очень быстрым и обратно. Задавайте периодически максимально высокий темп, но не затягивайте этот этап игры, так как для медлительного ребенка это серьезное напряжение и следствием его может стать переутомление.
7. Очень важно фиксировать получаемые результаты для того, чтобы видеть эффективность занятий.

**Игры на развитие реакции и координации движений**

**«Меткий стрелок»**

Игра состоит в том, чтобы суметь попасть в цель различными предметами (мячом, стрелами, кольцами). Она способствует развитию координации движений, их точности и развивает глазомер. Для совершенствования этих навыков следует постепенно уменьшать размер метательных предметов и увеличивать расстояние до мишени.

**«Комнатный снежок»**

«Снежок» сделать просто: оберните пробку кусочком ваты, перевяжите комочек крест-накрест нитками. Привяжите к снежку тонкую резинку, свободный конец резинки закрепите на указательном пальце.

Игра состоит в том, чтобы подбрасывать и ловить снежок, попадать снежком в цель. Пусть ребенок научится ловить отскакивающий предмет.

**«Кто больше»**

На полу рассыпают мелкие предметы (шишки, кубики, игрушки). Играющим завязывают глаза, а в руки дают корзиночки. По сигналу дети начинают собирать с пола предметы в свои корзиночки. По второму сигналу они останавливаются, им развязывают глаза и определяют победителя по количеству собранных предметов.

Возьмите вместе с ребенком по листу бумаги и карандашу. Разделите каждый лист на четыре равные части. По сигналу начните ставить точки в первом прямоугольнике, каждый на своем листе. По второму сигналу оба остановитесь. Посчитайте количество точек на листе у каждого. Тот, у кого их окажется больше, считается победителем. Следующий кон игры проводите в другом прямоугольнике.

Примечание. Так как соперником ребенка в этой игре может выступать взрослый, то позаботьтесь о том, чтобы ваш сын (или дочь) не оказались в роли вечно проигрывающего.

 **«Горячий мячик»**

Дети встают кружком, ведущий за кругом, спиной к детям. По первому хлопку дети начинают передавать друг другу мяч, от соседа к соседу, из рук в руки, по второму хлопку — останавливаются. Тот, в чьих руках оказался мяч, выходит из игры. Если мяч роняют — из игры выходят оба играющих, между которыми упал мяч. Побеждает оставшийся.

**Подвижные игры**

**«Зоодискотека»**

Для этой игры понадобится музыкальное сопровождение. Пускай дети ходят по кругу, пританцовывая, а по специальным командам делают определенные движения. Например, на слово «зайчики» дети должны начать прыгать, на слово «лошадки» — как бы ударять копытом об пол, на слово «раки» — пятиться, «птицы» — бегать, раскинув руки в стороны, «аист» — стоять на одной ноге и т.д.

**«Бегу, иду, гуляю»**

В этой игре ребенок идет по кругу. Скорость, с которой он это делает, зависит от того, какой сигнал подаст взрослый. Если взрослый поднимает руку вверх, ребенок бежит как можно быстрее, если складывает руки на груди — малыш идет по кругу достаточно ритмично, а если водящий опускает руки вниз, то играющий идет очень медленно, как бы не спеша прогуливаясь. В случае, если ребенок не успевает перестроить свои действия в соответствии с сигналом, он получает штрафное очко. Набравший три штрафных очка считается проигравшим.

**Упражнения на мелкую моторику рук**

**«Скатай бумажный шарик»**

У кого ша­рик получится более плотный, тот и вы­играл.

**«Виражи»**

Игра начинается с того, что вы рисуете дорожки разной формы, на одном конце которой машина, корабль, ракета, какое-нибудь животное, а на другом конце – гараж, пристань, дом.

Задача игрока, управляющего транспортным средством, – как можно быстрее добраться до дома: т.е. карандашом, не отрывая руки, прочертить путь по изгибам дорожек, не пересекая и не касаясь их. Внимание ребенка обращается на том, что дорожка не простая, нужно быть внимательным, осторожным.

Можно засекать время передвижения с помощью секундомера. Это поможет вам и ребенку уменьшить время на выполнение задания, следить, насколько успешно продвигается освоение навыка.

**«Кошачьи коготки»**

В этой игре ребенок должен сжимать и разжимать пальцы рук в определенном темпе. Сигналом к смене скорости служат слова взрослого. Если взрослый произносит слово «солнышко», то ребенок старается представить себя котом (или кошкой), нежащимся на солнце, и медленно сгибать и разгибать пальцы. Если взрослый вдруг произносит слово «мышь», то ребенок делает те же движения очень быстро, как бы пытаясь не упустить кошачью добычу.

**«Бег пальчиками»**

Пускай большой и указательный пальчики «побегают. Для ребенка это довольно сложное задание, поэтому сначала пусть научится так «бегать» в обычном темпе. Можно устроить соревнование.

**«Быстрый дятел»**

Возьмите вместе с ребенком по листу бумаги и карандашу. Разделите каждый лист на четыре равные части, проведя линии по горизонтали и вертикали. По сигналу (например, по хлопку) начните ставить точки в первом прямоугольнике, каждый на своем листе. По второму сигналу оба остановитесь. Посчитайте количество точек на листе у каждого. Тот, у кого их окажется больше, считается победителем. Следующий кон игры проводите в другом прямоугольнике.

Игра получила такое название, потому что стук карандаша о бумагу на столе напоминает стук дятла о кору дерева. Если вам тоже так покажется, то можно войти в эту роль и в шутку похвастаться количеством съеденных червячков или устроить «лесной чемпионат», где вы будете бороться за звание «самого быстрого дятла».

**Примечание.** Так как соперником ребенка в этой игре может выступать взрослый, то позаботьтесь о том, чтобы ваш сын (или дочь) не оказались в роли вечно проигрывающего. Для повышения интереса ребенка нужно обеспечить ему ощущение равенства в игре. Поэтому будет неплохо, если вы иногда поленитесь и позволите ему выиграть.

**«Виражи»**

Игра **«Виражи»** начинается с того, что вы рисуете дорожки разной формы. На одном конце машина, корабль, ракета, какое-нибудь животное, а на другом конце – гараж, пристань, дом.

Задача игрока, управляющего транспортным средством – как можно быстрее добраться до дома: т.е. карандашом, не отрывая руки прочертить путь по изгибам дорожек, не пересекая и не касаясь их. Внимание ребенка обращается на том, что дорожка не простая, нужно быть внимательным, осторожным. Можно засекать время передвижения с помощью секундомера. Это поможет вам и ребенку по уменьшению времени на выполнение задания, следить, насколько успешно продвигается освоение навыка. Для этого только нужно, чтобы длина дрожек к дому была примерно одинаковой.

**Упражнения на развитие внутреннего торможения**

**«Зеркало»**

В этой игре один игрок (ребенок) будет зеркалом, то есть будет повторять все движения стоящего напротив взрослого. Водящий делает самые разнообразные движения, то ускоряя, то замедляя темп. Ребенок повторяет их в точности, с такой же скоростью.

**«Замена»**

В предыдущую игру добавляется одно условие: если взрослый приседает, ребенок должен подпрыгнуть, если подпрыгивает — присесть. Остальные движения копируются.

**«Запрещенное движение»**

Сначала взрослый и ребенок договариваются о том, какое движение будет запрещенным. Затем начинается игра, и ребенок повторяет вслед за взрослым все движения, кроме одного. Как только он видит, что взрослый сделал запрещенное движение, то ни в коем случае не повторяет его, а хлопает один раз в ладоши. Если игрок «попадется» (то есть сделает запретное движение) три раза, то он считается проигравшим, и игру можно начинать заново.

**«Цветочный волчок»**

Каждый ребенок выбирает для себя название какого-то цветка (колокольчик, ромашка, роза..).Ведущий запускает волчок, затем выкрикивает название цветка:

— Ромашка!

— Я! — отзывается «Ромашка» и быстро подкручивает волчок.

Подкрутив, выкрикивает название следующего цветка.

Кто не успел отозваться или у кого упал волчок — выходит из игры.

**«Все наоборот»**

Взрослый, показывая движения, дает и словесные команды: Быстрей! Медленней! Тише! Громче! Вначале дети должны четко выполнять указания. Затем задания меняются. Услышав «Быстрей!» — дети должны замедлить темп, «Медленней!» — напротив, убыстрить его, «Тише!» — хлопать и топать как можно громче, «Громче!» — хлопать и топать как можно тише.

**«Летает – не летает»**

Если взрослый называет кого-нибудь, кто может летать, например, бабочку, то ребенок должен поднять руки и громко сказать: «Летает!» Если называется нелетающее животное, например, лев, ребенок должен хлопнуть в ладоши.

**Разные игры**

**«Артисты бывают разные»**

Представьте, что вы с ребенком пошли в театр или на концерт (для большей правдоподобности можно включить какую-нибудь передачу по телевизору). После выступления каждого артиста вы реагируете на его творчество скоростью хлопков. Чтобы хлопать с ребенком в одном темпе (что гораздо веселей), обменивайтесь с ним своими эмоциями с помощью мимики. Посмотрите друг на друга после смены кадров на экране и изобразите на лице скуку, радость или восторг. Пусть ребенок скопирует ваше выражение лица, после чего начинайте хлопать в соответствующем темпе. Объясните ребенку, что чем больше нравится зрителям игра артиста, тем громче и быстрее они ему хлопают.

**«Обмоталочки»**

Возьмите длинную веревку (не короче пяти метров) и отметьте ее середину узлом. Встаньте с ребенком у разных концов веревки и обвяжите их вокруг пояса. На счет «раз, два, три» начните крутиться на месте, обматывая таким образом себя веревкой. В какой-то момент вы встретитесь. Обратите внимание, у кого на поясе окажется узелок — значит, этот игрок накрутил вокруг себя больше половины веревки. Именно он и считается выигравшим.

Можно наматывать веревку не вокруг пояса, а на запястье руки (только веревка должна быть не слишком толстой). Еще можно наматывать узенькую тесьму (или шнурок) на два карандаша, предварительно закрепив на них концы.

**«Сюрприз»**

Приготовьте заранее на столике новую игрушку, накрытую салфеткой, затем усадите ребенка за стол и попросите: «Закрой глаза и не открывай, пока я не сосчитаю до пяти!» Когда ты откроешь глаза, то увидишь мой сюрприз!» Ребенок закрывает глаза, но сначала не выдерживает до счета «пять», постепенно этот промежуток времени удается довести до счета «десять».