

Подборка игр и упражнений для психомоторного развития детей с ОВЗ дошкольного и младшего школьного возраста

Игры и упражнения на развитие мелкой моторики

Упражнение «Пуговицы»

Инструкция: Соберите пуговицы разных цветов и размеров. Предложите ребенку поиграть с ними.

Пуговицы можно, во-первых, сортировать по диаметру, цвету и фактуре (гладкие-шершавые).

Во-вторых, из них можно составлять картины, выкладывать на листе бумаги разные фигуры. Получается пуговичная мозаика.

Упражнение: «Собери бусы».

Инструкция: Нанизываем бусины на леску в заданной цветовой последовательности, например: красная, желтая, зеленая, синяя и т.д.), рисунок повторяется, собрать 3-4 звена.

Игра «Волшебный мешочек».

Инструкция: В мешочек складываются вырезанные цифры, буквы, любые мелкие игрушки и письменные принадлежности, ребенок запускает руку в мешочек и на ощупь ищет предложенный предмет.

Упражнение «Счетные палочки».

Инструкция: Ребенку предлагают из счетных палочек сложить геометрическую фигуру: квадрат, треугольник, прямоугольник или построить по образцу: дом, забор, дерево, машину.

Упражнение «Штриховка»

Инструкция: Выполнение штриховок (с различным направлением движения руки). Ребенка просят выполнить различные виды штриховок по образцам: вертикальные (сверху вниз), горизонтальные (слева направо), наклонные, «клубочками» (круговые движения руки), полукругами. Линии должны выполняться одним движением кисти руки. Штриховки вначале 15 должны быть крупными, по мере приобретения ребенком навыка выполнения их размер уменьшается.

Игры на развитие умения координировать свои движения

Игра «Четыре стихии»

Инструкция: По команде взрослого ребенок выполняет определенные движения руками: «ЗЕМЛЯ» - опустить руки вниз; «ВОДА» - вытянуть руки

вперед; «ВОЗДУХ» - поднять руки вверх; «ОГОНЬ» - вращать руками в локтевых и лучезапястных суставах.

Игра «Зеркало»

Инструкция: Взрослый и ребенок встают напротив друг друга, взрослый медленно выполняет разные движения, ребенок одновременно повторяет их за ним (например: прыгаем высоко, ходим как медведи).

Игра «Кукла – марионетка»

Инструкция: Предложите представить ребенку, что он кукла – марионетка, он может двигать только отдельными частями тела. В начале игры ребенок стоит не подвижно, взрослый называет части тела, которые должны двигаться, например: шея, руки, ноги, туловище, кисти рук, пальцы на ногах, пальцы на руках и т. д. ребенку разрешается двигать только теми частями тела, которые были названы взрослым.

Игра «Робот».

Инструкция: Ребенок становится роботом и выполняет заданные ему команды. Взрослый подает команду «левая рука вверх, правая вперед, два шага вперед, один шаг вправо и так далее».

Все команды должны задаваться постепенно, чтобы ребенок не запутался и не стал нервничать, очень важно, чтобы ребенок усвоил успех выполнения команд.

Подобные упражнения лучше выполнять перед зеркалом, чтобы ребенок наблюдал, как он выполняет упражнения и двигается, как робот. Когда ребенок усвоит, где лево и право и будет выполнять все команды четко. Можно добавить движений: выполнять их над головой, под носом, за ухом, перед глазами. После добавлять элементы выше и ниже. Движения можно уже выполнять без зеркала, закрыв глаза.

Игра «Путаница».

Инструкция: Взрослый подает команды, однако ребенок выполняет их, наоборот, например: «руки вверх, а ребенок опускает их вниз, повернись направо, а ребенок поворачивается налево»

Игра «Покажи без слов»

Инструкция: Взрослый задает вопросы ребенку, а ребенок должен без слов – жестами, дать ответ, например: Как идешь? – ребенок марширует на месте; Как ешь? – ребенок изображает, как он сидит за столом и ест; Как собираешься на прогулку? – ребенок показывает, как он одевается; Как делаешь зарядку? - показывает упражнения и т.д.

Игры на умение ориентироваться в пространстве

Игра «Фотограф»

Инструкция: Взрослый превращается в капризного фотографа, который никак не может рассадить игрушки, чтобы сделать фото и просит помочь ребенка рассадить игрушки правильно, например: куклу справа от медведя, слона слева от куклы, построить за игрушками пирамидку из кубиков. Перед игрушками положить коврик. Сделав фото, можно изменить положение игрушек.

Игра «Сортировщик».

Инструкция: Перед ребенком раскладываются предметы разного размера, и предлагают ему рассортировать их, например маленькие предметы с правой стороны, большие предметы с левой стороны, задание можно усложнить, например: маленькие предметы мы берем только левой рукой, большие только правой. Так же можно раскладывать предметы по цвету, например: светлые справа, темные слева.

Игра «Радуга»

Инструкция: на полу раскладываются цветные листы картона (7 цветов радуги) или кусочки ткани – это домики! Ребенок хаотично бегает по помещению и ждет сигнала взрослого. Взрослый дает сигнал, например – хлопает в ладоши и называет любой цвет домика, ребенок должен быстро найти и встать в нужный домик. Игру можно усложнить, пока ребенок бегает, взрослый меняет место положения домиков.

Игра «Прятки»

Инструкция: Ребенок закрывает глаза, взрослый прячет какой-то небольшой, заранее оговоренный предмет в помещение, так что бы ребенок мог найти его глазами, не отодвигая другие предметы и не открывая никакие дверки, на видном, но малозаметном месте. Место, где будет спрятан предмет, должно быть не выше роста ребенка, а иначе ребенок не сможет его найти. Предмет прячется в ограниченном пространстве, например, только в комнате!