**Формирование произвольной регуляции и самоконтроля у детей старшего дошкольного возраста посредством нейропсихологических занятий.**

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Рычи лев, рычи; стучи, поезд, стучи** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | снятие речевых зажимов, сплочение группы |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Ведущий говорит: «Все мы львы, большая львиная семья. Давайте устроим соревнование, кто громче рычит. Как только я скажу: «Рычи, лев, рычи!», пусть раздается самое громкое рычание». Нужно попросить детей рычать, как можно громче, изображая при этом львиную стойку.Затем все встают друг за другом, положив руки на плечи впереди стоящего. Это паровоз. Он пыхтит, свистит, колеса работают четко, в такт, каждый слушает и подстраивается под соседей. Паровоз едет по помещению в разных направлениях, то быстро, то медленно, то поворачивая, то изгибаясь, издавая громкие звуки и свист. Машинист на станциях меняется. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Копна – Тропинка - Кочки** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие дисциплинированности, организованности, сплочённости |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Дети берутся за руки, образуя круг, и по сигналу ведущего идут по кругу до тех пор, пока ведущий не произнесёт слово-задание. Если ведущий говорит: «Тропинка!», все дети становятся друг за другом и кладут руки на плечи впереди стоящего. Если ведущий говорит: «Копна!», - дети направляются к центру круга, выставив руки вперёд. Если говорит: «Кочки!», дети приседают, положив руки на голову. Задания ведущим чередуются. Кто быстрее и точнее выполнит все задания, получит поощрительные очки. Чемпионом становится ребёнок, набравший наибольшее количество поощрительных очков. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Кулак – ладонь – ребро** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие произвольного внимания, зрительно – моторной координации, коррекция импульсивности. |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | По команде дети кладут ладони обеих рук на стол, сжимают их в кулаки, ставят ребром. Темп и последовательность положения рук меняются. Затем взрослый путает детей: своими руками показывает одно, а говорит – другое. Дети должны внимательно слушать и не ошибаться. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Пол – нос – потолок** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие пространственного восприятия, произвольного внимания |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Психолог произносит «пол», «нос», «потолок» и вместе с детьми указывает на них (руки вверх, к носу, руки вниз). Сначала психолог делает правильно, а затем начинает путать детей – говорить «пол», а показывать на нос. Дети должны быть внимательными и не ошибаться. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Расскажем и покажем** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие слухового внимания, самоконтроля координации движений. |
| Материалы и оборудование | Мяч |
| Форма проведения | Групповая  |
| Описание игры | Дети по очереди ловят мяч и отвечают на вопрос, избегая слов «да» и «нет»:* ты живешь в берлоге?
* ты мальчик?
* ты был в зоопарке?
* ты сейчас в детском саду?
* ты любишь мороженое?
* тебе 6 лет?
* ты любишь играть в куклы?
* сейчас зима?
* ты хочешь пойти в школу?
* у тебя есть мама?
* ты сейчас спишь?
* тебя зовут Вася?
* ночью светит Солнце?
* коровы летают?
* зимой жарко?
* солнце синее?
* ты любишь ходить к врачу?
* лед теплый?

 - ты умеешь плавать |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Говори по сигналу** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | коррекция импульсивности, развитие волевой регуляции. |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Индивидуальная |
| Описание игры | Ребенку задают любые несложные вопросы, но отвечать он должен не сразу, а только когда увидит условный сигнал, например, сложенные на груди руки или почесывание затылка. Если же вы задали вопрос, но не сделали оговоренное движение, ребенок должен молчать, как будто не к нему обращаются, даже если ответ вертится у него на языке. Условные сигналы можно изменять: отвечать после хлопка, стука под столом, притопа и т.д. Паузы следует чередовать – длинные с короткими.Примечание. Во время этой игры-беседы можно достигать дополнительные цели в зависимости от характера задаваемых вопросов. Так, с интересом расспрашивая ребенка о его желаниях, склонностях, интересах, привязанностях, вы повышаете самооценку своего сына (дочери), помогаете ему обратить внимание на свое "я".  |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Слушай команду** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие внимания, произвольности поведения. |
| Материалы и оборудование | Магнитофон со спокойной музыкой |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Звучит спокойная, но не слишком медленная музыка. Дети идут в колонне друг за другом. Внезапно музыка прекращается. Все останавливаются, слушают произнесенную шепотом команду ведущего (например: «Положите правую руку на плечо соседа») и тотчас же ее выполняют. Затем снова звучит музыка, и все продолжают ходьбу. Команды даются только на выполнение спокойных движений.   Игра проводится до тех пор, пока группа в состоянии хорошо слушать и выполнять задание. Игра поможет воспитателю сменить ритм действия расшалившихся ребят, а детям — успокоиться и без труда переключиться на другой, более спокойный вид деятельности |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Слушай хлопки** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | тренировка внимания и контроль двигательной активности. |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Все идут по кругу или передвигаются по комнате в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста» (стоять на одной ноге, руки в стороны) или какую-либо другую позу. Если ведущий хлопнет два раза, играющие должны принять позу «лягушки» (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ступнями ног на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Прошепчи ответ** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие произвольности и самоконтроля, коррекция импульсивности |
| Материалы и оборудование | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Взрослый задает вопросы. Каждый, кто знает ответ, протягивает вперед руку, пальцы сжаты в кулак, а большой палец поднят вверх (показ). Когда поднятых пальце много, взрослый считает «Раз, два, три – шепотом говори». Задача детей - прошептать ответ. Вопросы:* Какое сейчас время года?
* Как называется наш город?
* Как называется детеныш коровы?
* Сколько лап у собаки?

Какие дни в недели выходные? И т.д. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | ***Расставь посты*** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | Развитие навыков волевой регуляции, способности концентрировать внимание на определенном сигнале. |
| Материалы и оборудование | Магнитофон с музыкой |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Дети маршируют под музыку друг за другом. Впереди идет командир, который выбирает направление движения. Как только командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Все остальные продолжают маршировать и слушать команды. Таким образом, командир расставляет всех детей в задуманном им порядке (в линейку, по кругу, по углам и т. д.). Чтобы слышать команды, дети должны передвигаться бесшумно. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Зеваки** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | развитие произвольного внимания, быстроты реакции, обучение умению управлять своим телом и выполнять инструкции. |
| Материалы и оборудование  | Не требуется |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Дети берутся за руки и идут по кругу. По сигналу ведущего останавливаются, хлопают 4 раза в ладоши, поворачиваются и идут в другую сторону. Кто не успевает выполнить задание, выбывает из игры. Важно добиться синхронности выполнения движений. Затем алгоритм движений можно изменить (3 притопа, поворот вокруг себя, 1 хлопок) |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Молчу - шепчу - кричу** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | коррекция гиперактивности, развитие волевой регуляции громкости речи и поведения. |
| Материалы и оборудование  | Не требуется |
| Форма проведения | Индивидуальная |
| Описание игры | Ребенку предлагается действовать и говорить в соответствие с определенными знаками. 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.Можно предложить цветовые знаки: красный – молчать, желтый – шептать, зеленый – кричать.Эту игру лучше заканчивать на этапе "молчу" или "шепчу", чтобы снизить игровое возбуждение при переходе к другим занятиям. |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **«Да и нет» - не говори** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | коррекция импульсивности, развитие произвольности, лабильности мышления |
| Материалы и оборудование  | Мяч |
| Форма проведения | Групповая |
| Описание игры | Дети по очереди ловят мяч и отвечают на вопрос, избегая слов «да» и «нет»ТЫ ЖИВЕШЬ В БЕРЛОГЕ? ТЫ МАЛЬЧИК?ТЫ БЫЛ В ЗООПАРКЕ? ТЫ СЕЙЧАС В ДЕТСКОМ САДУ?ТЫ ЛЮБИШЬ МОРОЖЕНОЕ? ТЕБЕ 6 ЛЕТ?ТЫ ЛЮБИШЬ ИГРАТЬ В КУКЛЫ? СЕЙЧАС ЗИМА?ТЫ ХОЧЕШЬ ПОЙТИ В ШКОЛУ? У ТЕБЯ ЕСТЬ МАМА?ТЫ СЕЙЧАС СПИШЬ? ТЕБЯ ЗОВУТ ВАСЯ?НОЧЬЮ СВЕТИТ СОЛНЦЕ? КОРОВЫ ЛЕТАЮТ?ЗИМОЙ ЖАРКО? СОЛНЦЕ СИНЕЕ?ТЫ ЛЮБИШЬ ХОДИТЬ К ВРАЧУ? ЛЕД ТЕПЛЫЙ?ТЫ УМЕЕШЬ ПЛАВАТЬ? ТЫ ПОСЛУШНЫЙ? |

|  |  |
| --- | --- |
| Название | **Запрещенное движение** |
| Возраст | С 5 лет |
| Цель | Развитие произвольности и внимания. |
| Материалы и оборудование  | Не требуется |
| Форма проведения | Индивидуальная |
| Описание игры | Ведущий показывает, какое движение делать нельзя. Затем выполняет разные движения руками, ногами, телом, головой, лицом, неожиданно показывая запрещенное. Кто повторил, становится ведущим, прибавляя еще одно, свое запрещенное движение. Игра продолжается дальше. Запрещенных движений может быть около 7. |