

Игры на восприятие собственного тела



ВЫ МОЖЕТЕ?

Игра направлена на развитие знания ребенка о частях собственного тела.

Возраст участников: от 1,5 года.

Инструкция и ход игры: играть можно как в группе детей, так и с одним ребенком. Взрослый говорит:

— Давай встанем свободно, так, чтобы не мешать друг другу, а теперь:

- ты можешь закрыть уши руками?
- ты можешь закрыть рот руками?
- ты можешь прикрыть глаза руками?
- ты можешь коснуться пальцем подбородка?
- ты можешь коснуться ног руками?
- ...коснуться рук ладонями? коснуться пальцем носа? положить руки на живот? поднять руки высоко над головой? прикрыть руками колени? коснуться пальцем пупка? положить руки на плечи? широко развести руки?»

Если у детей это вызывает трудности, каждую инструкцию сопровождайте показом, в качестве усложнения эти же задания можно выполнять с закрытыми глазами.



ПРИКОСНОВЕНИЯ

Игра направлена на закрепление знаний о строении человеческого тела, на развитие тактильного восприятия.

Возраст участников: от 3 лет.

Инструкция и ход игры: взрослый говорит ребенку:

- Встань, как тебе удобно.

- А теперь ты можешь показать мне, как ты касаешься коленями пола (как ты касаешься пола руками, как ты касаешься спиной стены, как касаешься локтем колена, рукой запястья, рукой бока, носом двери, носом пола, ступнями пола, двумя ступнями пола, пяткой стены, двумя локтями стола, коленом подбородка, ухом сиденья стула, как высоко поднимаешь игрушки двумя руками, как высоко поднимаешь игрушки двумя ногами)?

- А что еще ты хочешь мне показать?



С РУКИ НА НОГУ

Игра предлагает необычный способ познакомиться с частями своего тела.

Возраст детей: от 2 лет.

Инструкция и ход игры: потребуется нарисованный человечек (мелом на доске, асфальте или фломастером на большом листе ватмана). Вполне возможно схематичное изображение, но оно должно включать в себя туловище, ноги, руки, кисти, ступни и голову. Взрослый говорит детям:

- Я хочу посмотреть, можете ли вы показывать ногами различные части тела человека. Можете ли вы встать на голову, а оттуда прыгнуть на шею?

Прыгнуть с руки на бедро? Можете с бедра прыгнуть на ступню? С этой ступни перепрыгнуть на другую? Можете ли вы медленно пройти по ноге вверх до живота? А прыгнуть с живота на голову?»

Более простой вариант:

- Я теперь встаньте перед своим человечком. Я буду называть различные части тела, а вам нужно будет до них допрыгнуть. Как только я хлопну в ладоши, нужно будет вернуться обратно. Готовы? Голова!»



ПРЯТКИ

Игра направлена на развитие тактильного восприятия, что предполагает прикосновения к различным частям тела.

Возраст детей: от 2 лет.

Инструкция и ход игры: взрослый говорит детям:

– Давайте поиграем в прятки, но не в обычные, а будем прятать части нашего тела. Но нужно прятать так, чтобы никто их не увидел. Сначала спрячьте глазки, ротик, носик, колени, все пальцы, зубки, ножки, волосы. А теперь лягте на спинку, поднимите вверх руку, ступню, коленку, локоть, ногу, голову. А сейчас будем учиться поднимать по две части одновременно. Поднимите руки, большие пальцы обеих рук, локти. И наконец – самое сложное: поднимите ступню и ладонку, коленку и голову, локоть и ногу, большой палец на руке и большой палец на ноге».

* * *

А следующие игры помогут вашему ребенку быть более внимательным к ощущениям, идущим от собственного тела.



ВЕСЕЛЫЕ НОЖКИ

В этом подразделе для ребенка предлагается несколько заданий, направленных на кинестетическую чувствительность его ножек.

1. **«Следопыты»**. Здесь понадобится пальчиковая краска и большой лист ватмана. Предложите ребенку нарисовать тропинку, но не просто так, а собственными ножками. Вылейте краску в небольшую пластиковую плоскую тарелочку размером чуть больше стопы ребенка. Пусть малыш окунет в нее ножку и оставит свой след на ватмане.

Возраст детей: от 2 лет.

2. **«Нога художника»**. Для этой игры понадобится то же, что и для предыдущей. Но она подходит для более старших детей: от 3 лет. Ее отличие состоит в том, что вы вставляете между пальчиками босых ног кисть или карандаш. Пусть малыш попробует рисовать ножками. Эта игра, помимо восприятия, разовьет у ребенка чувство координации и равновесия.

Возраст детей: от 3 лет.



3. «Веселые тропинки». Сначала необходимо подготовить тропинки. Для этого возьмите кусок плотной ткани, сложите его пополам и прострочите на швейной машинке. Ширина получившейся полосы должна составлять около 30 см. В длину она может быть любой - в зависимости от вашей фантазии и желания. Затем прострочите снизу - у вас получится что-то похожее на длинный чехол. Теперь самое время выбирать наполнители, это может быть скотчанная газета, любые крупы, скорлупа от грецкого ореха, вата - все что угодно. Закладываете наполнитель в чехол так, чтобы получился наполненный квадрат со сторонами 30 на 30 см, затем прострочите по верхней границе квадрата с наполнителем, чтобы он не высыпался. Затем можете закладывать следующий - и так до самого конца чехла. В итоге у вас должно получиться что-то вроде «колбаски», простроченной через каждые 30 см, со множеством наполнителей. Это и есть «веселая тропинка». Теперь пусть малыш попробует по ней попутешествовать, желательно босиком или в тонких носочках. Будет здорово, если вы сможете зашить в полосу игрушки-пищалки. Тогда, если малыш на них наступит, они будут издавать различные звуки, что вызовет у ребенка настоящий восторг.



ВОЛШЕБНЫЙ МЕШОЧЕК

Игра направлена на развитие чувствительности к ощущениям, идущим от рук.

Возраст детей: от 2 лет.

Инструкция и ход игры: взрослый говорит ребенку:

- Подержи в руках эти небольшие игрушки, которые я для тебя приготовил (это может быть все что угодно, желательно сделанное из различных материалов и разное на ощупь), пощупай их как следует, запомни, какие они. Теперь я их спрячу в этот маленький непрозрачный мешочек. Тебе нужно будет опустить руку в мешок и, не подсматривая, угадать на ощупь, какой предмет ты вытаскиваешь.



ПОТЕШНЫЕ ЛАДОШКИ

Приведенные ниже игры представляют собой массаж ладоней в игровой форме, без возрастных ограничений. Приводим несколько примеров детских потешек. Возьмите руки ребенка в свои и, хлопая ими в ладоши, произносите:

- Ладушки вы ладушки.

Где были?

- У бабушки.

- А что ели?

Кашку.

- А что пили?

- Молочко.

- Попили? Поели?

Домой полетели.

На головку сели.

При словах: «Попили? Поели?» берут руки ребенка и кладут их ему на голову.

Взрослый показывает на ладонь ребенка и говорит:

- Сорока-сорока! Где была?

- Далеко!

- Что делала?

- Кашу варила, деток кормила.

Этому дала (разминает большой палец),

Этому дала (разминает указательный палец),

Этому дала (разминает средний палец),

Этому дала (разминает безымянный палец),

А этому не дала (разминает мизинец).

Ты дров не носил, ты печку не топил!



ПЕРЫШКО

Игра направлена на развитие общей чувствительности.

Возраст детей: от 2 лет.

Инструкция и ход игры: здесь понадобится легкое воздушное перышко.

- Посмотри, какое перышко. Давай я пощекочу тебе им ладошку. А теперь закрывай глазки, я буду касаться этим перышком любых частей твоего тела. Тебе нужно будет пальчиком показать, где перышко коснулось тебя.

ПАСКОВАЯ СПИНКА

Игра направлена на развитие общей чувствительности. Этот процесс, как правило, доставляет детям огромное удовольствие.

Возраст детей: для всех возрастов.

Инструкция и ход игры: кладете ребенка на животик. Если позволяет окружающая обстановка, оголяете ему спинку. Взрослый говорит:

- Сейчас я попробую на твоей спинке нарисовать рисунок, а ты угадаешь, что это.

Чем младше ребенок, тем проще должны быть рисунки: дорожка, точка, простейшие геометрические фигуры - круг, треугольник, квадрат. Если у ребенка это вызовет трудности, нарисуйте то же изображение у него на ладошке, и чтобы малыш обязательно это видел.



