

*Игры и упражнения для детей  
среднего и старшего  
дошкольного возраста,  
направленные на развитие  
произвольного внимания*

## Приемы развития произвольного внимания

### Упражнение «Земля, вода, воздух»

*Цель:* развитие умения анализировать и обобщать; развитие произвольного внимания.

*Материалы:* небольшой мяч.

*Время:* 10-15 мин.

*Ход упражнения.* Дети садятся или становятся по кругу. Взрослый с мячом в руках становится в середине круга и бросает любому из игроков мяч, называя одно из слов: земля, вода, воздух. Например, он говорит «Вода!». Игрок, который поймал мяч, должен быстро назвать рыбу или животное, живущее в воде. Если руководитель называет слово «воздух», то нужно назвать какую-нибудь птицу. После этого игрок бросает мяч другому игроку, называя одно из указанных слов. Можно в промежутке сказать: «Огонь!». Тогда игрок должен ответить: «Горит, горит!». Игрок, допустивший ошибку, садится на расстоянии одного шага за круг и сидит до тех пор, пока кто-либо из игроков не допустит ошибку. Тогда тот садится за круг, первый идет на свое место в кругу. Побеждает игрок, ни разу не допустивший ошибку.

### Упражнение «Пляшущие человечки»

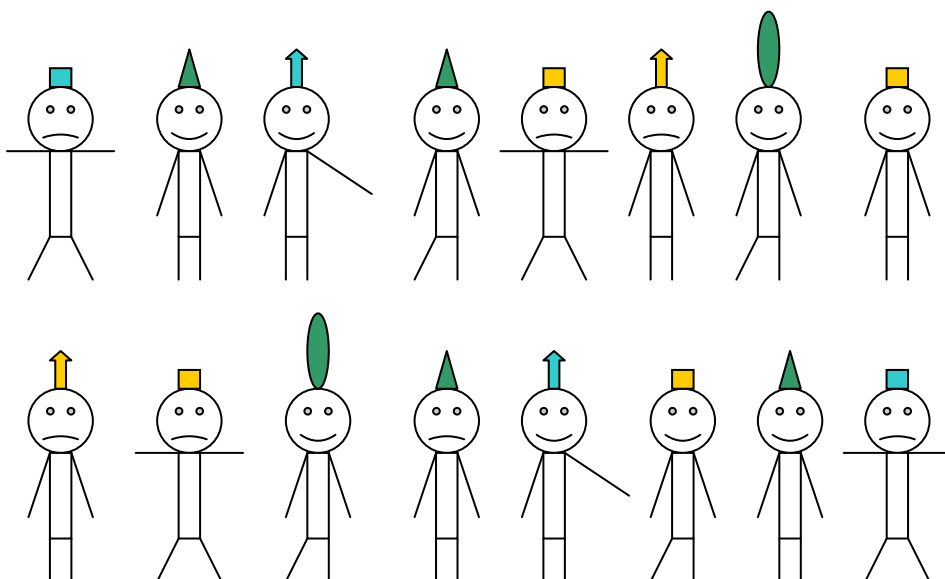
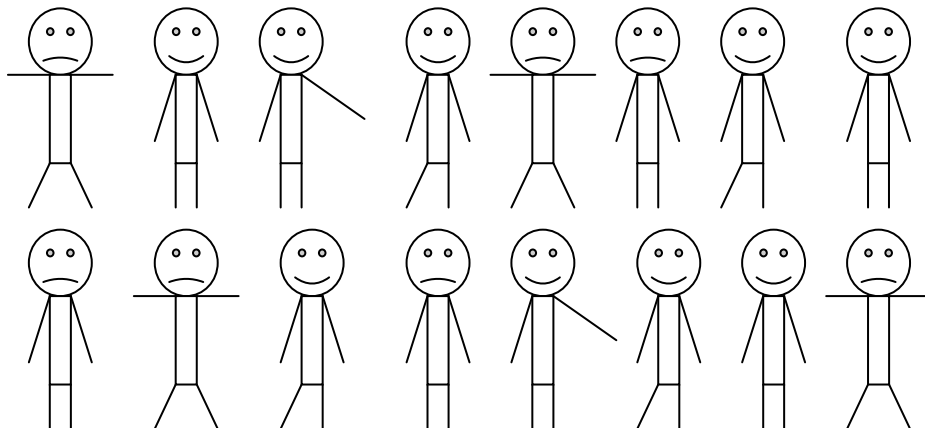
*Цель:* развитие произвольного внимания и умения распределять внимание.

*Материалы:* бланк с фигурами «пляшущих человечков»

*Время:* 8 - 10 минут.

*Ход упражнения.* Предложите ребенку рассмотреть ряды пляшущих человечков и отметить карандашом, например, только тех, кто стоит смирно (можно усложнить задачу – вычеркнуть тех, кто стоит смирно и не улыбается). Затем подсчитайте количество ошибок (неотмеченные «смирные» человечки или отмеченные неверно) и предложите ребенку посоревноваться с вами в точности выполнения задания. Несколько ваших проигрышей явно повысят интерес ребенка к игре.

Игру можно усложнять, вводя новые типы фигурок человечков или дополнительные детали (треугольные, квадратные, круглые шляпы разных цветов на головах человечках).



### Упражнение «Пальцы»

*Цель:* развитие произвольного внимания, умения сосредоточиться.

*Время:* 5 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Дети удобно располагаются в креслах или на стульях, образуя круг (но это не обязательно). Следует переплести пальцы положенных на колени рук, оставив большие пальцы свободными. По команде «Начали» медленно вращать большие пальцы, один вокруг другого, с постоянной скоростью, в одном направлении, следя за тем, чтобы они не касались друг друга. Сосредоточить внимание на этом движении. По команде «Стоп» прекратить упражнение.

### Упражнение «Наблюдательность»

*Цель:* развитие произвольного внимания и зрительной памяти.

*Время:* 10 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Детям предлагается по памяти подробно описать свой двор, где они играют, или путь из садика домой – то, что они видели много раз.

### Упражнение «Муха»

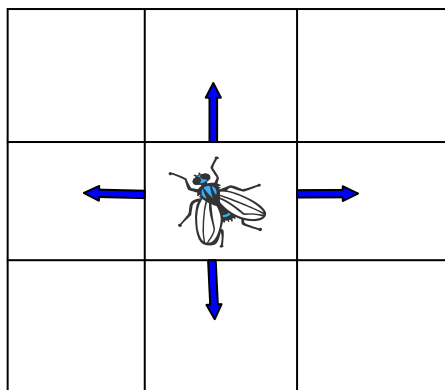
*Цель:* развитие произвольного внимания и зрительной памяти, восприятия пространства.

*Время:* 10 – 15 минут.

*Материалы:* доска с расчерченным на ней девяти клеточным игровым полем 3x3 и небольшая присоска или кусочек пластилина (можно поле начертить мелом на доске или же сделать поле на альбомном (ватманском) листе и нарисовать муху), (рис. № 23).

*Ход упражнения.* Доска или лист бумаги ставится вертикально, и ведущий объясняет участникам, что перемещение «мухи» (кусочек пластилина или нарисованная муха) с одной клеточки на другую происходит посредством подачи ей команд, которые она послушно выполняет. По одной из возможных команд («вверх», «вниз», «вправо», «влево») муха перемещается на соответствующую клетку. Исходное положение мухи – центральная клетка игрового поля. Команды подаются участниками по очереди. Играющие должны, неотступно следя за перемещением мухи, не допустить ее выхода за пределы игрового поля.

После всех этих разъяснений начинается сама игра. Она проводится на воображаемом поле, которое каждый участник мысленно представляет перед собой. Если кто-то теряет нить игры, ведущий дает команду «Стоп» и, вернув муху на центральную клетку, начинает игру сначала.



### Игра «Да - нет»

*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 5 – 15 минут.

*Ход упражнения.* В группе выбирается ведущий и выходит за дверь. В это время группа загадывает одного представителя и внимательно изучает его (цвет глаз, волос, одежда, обувь и пр.). Вызывается ведущий. Его задача с помощью пяти однозначных вопросов (на которые можно ответить только «да» или «нет») отгадать загаданного. Например, это мальчик? Он в белых кроссовках? Участники не смотрят на загаданного и могут отвечать только «да» или «нет». Загаданный участник становится ведущим независимо от того, отгадали его или нет.

### Игра «Волшебное слово»

*Цель:* развитие произвольного внимания, самоконтроля.

*Время:* 5 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Дети и ведущий становятся в круг. Ведущий объясняет, что он будет показывать разные движения, а дети должны их повторять, но только в том случае, если ведущий добавит слово «пожалуйста». Если этого слова ведущий не говорит, дети остаются неподвижными.

«Волшебное слово» ведущий произносит в случайном порядке, через 1 – 5 движений.

### **Упражнение «Кто быстрее»**

В основе этого упражнения лежит тест Пьерона-Рузэра (см. стр 34).

*Цель:* развитие умения сосредоточиться, произвольного внимания, переключения и распределения внимания.

*Материалы:* бланк с геометрическими фигурами четырех видов.

*Время:* 10 – 15 минуты.

*Ход упражнения.* Детям раздаются бланки и предлагается как можно быстрее и точнее в рядах геометрических фигур вычеркнуть круг. Успешность выполнения оценивается по времени и количеству допущенных ошибок – пропущенных кругов. В ходе упражнения взрослый поощряет успехи и стимулирует интерес. Для тренировки переключения и распределения внимания задачу следует изменить: зачеркивать треугольник и обводить ромб. Цель такой тренировки – выработка привычных, доведенных до автоматизма действий, подчиненных определенной, четко осознаваемой цели. Это упражнение желательно провести не один раз.

### **Игра «Сверхвнимание»**

*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 10 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Участники разбиваются на две группы: «мешающие» и «внимательные». «Внимательные» расставляются ведущим по периметру зала лицом к центру и получают отличительные знаки (нарукавные повязки, галстуки, значки и пр.) Каждому дается инструкция: «Ваша задача изобразить, сыграть, как актер человека, не замечающего окружающего (ведущий показывает выражение лица человека с пустым, отсутствующим взглядом). Вы должны вжиться в эту роль и, стоя с открытыми глазами, не закрывая ушей, не замечать того, что делают другие. Чтобы вам было легче справиться с заданием, попытайтесь ярко представить себе, будто вы смотрите увлекательный фильм или участвуете в опасном путешествии. Ясно?» «Мешающие» получают задание во время упражнения. Ведущий вместе с мешающими организует серию провокационных действий. Они могут скандировать лозунги, призывы, разыгрывать сценки, рассказывать анекдоты, инсценировать окончание занятий и уход из зала и пр. При этом ведущий следит за тем, чтобы мешающие не касались «внимательных», в критические моменты помогает им удержаться в своей роли. Затем следует команда «Стоп!» «Мешающие» могут поменяться с «внимательными» и попробовать, как сложно выполнять эту роль. В конце игры выбирается «сверхвнимательный».

### **Игра «Шерлок Холмс»**

*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 10 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Выбирается «Шерлок Холмс» и выходит за дверь. Группа делится на две части по какому-либо объединяющему признаку, например, в одной части группы у ребят обувь со шнурками, а в другой все без шнурков, или у одних светлые волосы, а у других темные, у одной группы есть зеленый цвет в одежде у другой – нет, и т.п. Приглашенный «Шерлок Холмс» должен определить признак, по которому дети разделились на две группы. «Шерлок Холмс» может допустить только одну ошибку. Если второй раз он тоже отвечает неверно, то «карты раскрываются», если верно – группа бурно поздравляет «сыщика» и выбирается новый «Шерлок Холмс», группа делится по другому признаку.

### **Игра «Вам барыня прислала туалет...»**

*Цель:* развитие произвольного внимания, развитие речи.

*Время:* 10 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Предложите детям поиграть в вопросы и ответы. Вы будите задавать вопросы, а они – отвечать. Ответы могут быть разными, нельзя только произносить одно запретное слово, например, называть белый цвет. Ведущий пытается подловить участников провокационными вопросами. Например: «Вы были в поликлинике? Какого цвета халаты у врачей?» и т.п. Дети должны найти такую форму ответа, чтобы выполнить правила игры, т.е. не сказать слово «белый». Например: «Халаты у врачей цвета снега (не красного цвета, светлые)» и пр. Выигрывает тот, кто сумеет ответить правильно на большее количество вопросов.

Сначала, чтобы помочь ребенку, можно дать ему карточку раскрашенную «запретным» цветом. Эту игру можно усложнять, вводя два «запретных» цвета или другие «запреты» (например, слова «да» и «нет»).

### **Игра «Буквы алфавита»**

*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 10 – 15 минут.

*Ход упражнения.* Каждому ребенку присваивается определенная буква алфавита. Ведущий называет букву, тот ребенок, которому присвоена буква, делает хлопок.

### Упражнение «Где ошибся Буратино?»

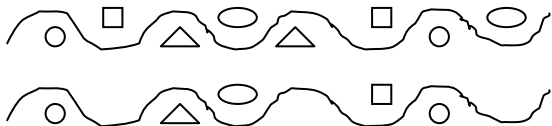
*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 5 -10 минут.

*Материалы:* лист бумаги с заготовленными узорами (рис. № 24), карандаши или фломастеры.

*Ход упражнения.* Взрослый дает ребенку лист бумаги с заготовленными узорами. Верхний узор – рисунок Мальвины, а нижний – Буратино. Ребенку надо исправить ошибки, которые допустил Буратино. Узоры можно усложнять.

*Инструкция:* «Мальвина хотела научить Буратино рисовать красивые узоры. Она нарисовала узор и сказала ему: «Нарисуй точно такой же». А Буратино все время отвлекался, и у него получалось то правильно, то не правильно. Найди, где Буратино ошибся, и помоги ему исправить ошибки».



### Игра «Что изменилось?»

*Цель:* развитие произвольного внимания, умения распределять внимание.

*Время:* 5 -10 минут.

*Ход упражнения.* Игроки выбирают водящего и становятся полукругом, а водящий спиной к ним. Водящий закрывает глаза и считает от 1 до 10. Тем временем играющие принимают какую-нибудь позу: один кладет руки за спину, другой скрещивает ноги и пр. Закончив считать до 10, водящий поворачивается лицом к играющим – и вновь считает до 10, одновременно стараясь запомнить, в каких позах они сидят. Сосчитав до 10, водящий опять поворачивается спиной к играющим и считает до 5. В это время игроки меняют позу. Сосчитав до 5, водящий поворачивается вторично лицом к играющим и старается угадать, кто из играющих изменил позу и как он стоял раньше. Если водящий отгадает, то игрок, переменивший позу, идет на его место.

### Игра «Слушай сигнал»

*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 5 -10 минут.

*Ход упражнения.* Играющие по команде руководителя идут вокруг зала. Руководитель внезапно дает условный сигнал (хлопок). Если он хлопает один раз, играющие должны остановиться, если два раза – бежать и пр. Играющий, допустивший ошибку, становится в колонну последним. Побеждают игроки, не допустившие ни одной ошибки.

*Вариант игры.* Дети образуют 2 круга: внешний и внутренний. Играющие внутреннего круга поворачиваются в одну сторону, внешнего – в другую. По указанию руководителя дети начинают двигаться по кругу. По заранее условленному сигналу они меняют направление. Если руководитель хлопает один раз, останавливается внешний круг, если 2 раза – внутренний. Если 3 раза, оба круга двигаются в разных направлениях. Играющий, допустивший ошибку, получает штрафное очко. Ошибкой считается: а) неправильное и не соответствующее сигналу движение; б) движение, выполненное с запозданием.

### Игра «Три, тринадцать, тридцать»

*Цель:* развитие произвольного внимания

*Время:* 5-10 минут.

*Ход упражнения.* Выбирается водящий (для начала руководитель). Дети становятся по кругу и размыкаются на вытянутые руки. Водящий в середине круга. Если водящий скажет «Три», все играющие ставят руки в стороны; если скажет «тринадцать», все ставят руки на пояс; если он скажет: «Тридцать», все поднимают руки вверх (можно выбрать любые движения). Водящий быстро называет то одно, то другое число. Игрок, допустивший ошибку, садится на пол (выходит за круг) или сменяет водящего. Когда остаются 1-2 игрока, они объявляются победителями, игра заканчивается.

### Игра «Успей занять место»

*Цель:* развитие произвольного внимания.

*Время:* 5 -10 минут.

*Ход упражнения.* Дети образуют круг и рассчитываются по порядку номеров. Водящий занимает место в центре круга. Он громко называет два каких-либо номера. Вызванные номера должны немедленно поменяться местами. Воспользовавшись этим, водящий старается опередить одного из них и занять его место. Если ему это удается, то тот, кто остается без места, идет водить.

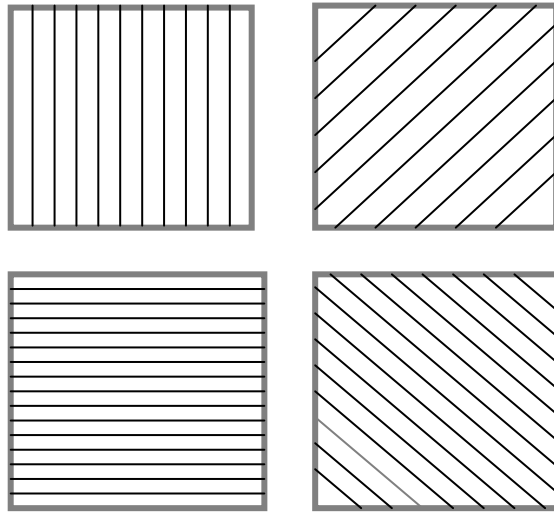
### Упражнение «Тренируем внимание»

*Цель:* тренировка способности к концентрации внимания.

*Время:* 5-10 мин.

*Материалы:* 4 картонных листа, на каждом картонном листе наклеен один квадрат (5x5 см), внутри которого параллельные линии (1-й квадрат – 10 линий, 2-й – 10 линий, 3-й – 15, 4-й – 15). (рис № 25).

*Инструкция:* «Попробуй, не водя рукой по рисункам, сосчитать количество линий во всех квадратах». Для начала тренировки можно предложить только один квадрат.



### Упражнение «Геометрические фигуры»

*Цель:* тренировка внимания, пространственного воображения, наблюдательности.

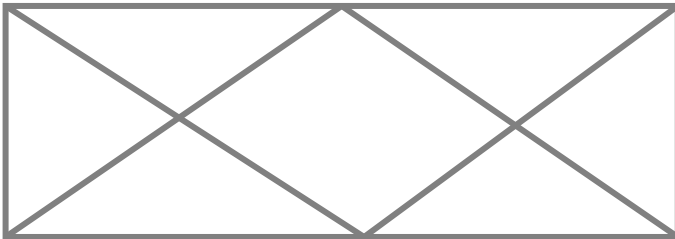
*Время:* 5-10 мин.

*Материалы:* бланки с чертежами (каждый чертеж на отдельном бланке),

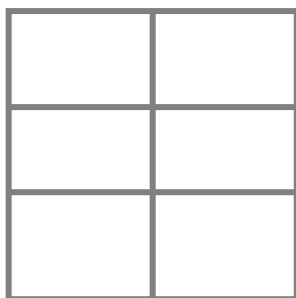
*Ход упражнения.* Ребенку предъявляется один из чертежей и дается соответствующее задание (см. ниже).

Упражнение можно провести как соревнование между детьми, победит тот, кто правильно выполнит задание.

**Сколько треугольников можно найти на рисунке**



**Сколько прямоугольников можно найти на рисунке**



**Сколько треугольников и фигур с четырьмя углами можно найти на рисунке.**

