

Практичні вправи з психогімнастики для дошкільнят вдома.

Психогімнастика - це вправи, спрямовані на стимулювання розвитку психічних процесів, покращення уваги, пам'яті, логічного мислення та інших аспектів когнітивної діяльності. Вона може бути корисною для дітей дошкільного віку, оскільки сприяє їхньому психічному та емоційному розвитку. Ось деякі приклади вправ психогімнастики для дітей дошкільного віку:

Вправи на розвиток уваги:

- "Шукаємо відмінності": Дитина має знайти різниці між двома або більше картинками.
- "Лабіринт": Дитина повинна знайти шлях через лабіринт, дотримуючись заданих правил.

Вправи на розвиток пам'яті:

- "Підготуй свій ранок": Дитина має спробувати запам'ятати послідовність дій, які вона робить вранці.
- "Меморі": Гра, в якій дитина повинна знайти парні картки, розташовані обличчям донизу.

Вправи на розвиток логічного мислення:

- "Побудуй зображення": Дитина отримує набір карток з образами та має зібрати їх у визначеному порядку.
- "Розподіл за категоріями": Дитина має розподілити об'єкти за певними категоріями (наприклад, фрукти, тварини, машини тощо).

Вправи на розвиток творчості:

- "Створення історій": Дитина має придумати свою історію, використовуючи набір карток з образами.
- "Малюнок за музикою": Дитина слухає музику та малює те, що вона уявляє під неї.

Вправи на розвиток моторики та координації:

- "Рух за музикою": Дитина виконує різноманітні рухи за вказівками під музику.
- "Розвиток моторики рук": Вправи зі складання пазлів, ліплення з глини або пластиліну.



Важливо, щоб вправи були цікавими та відповідали віковим можливостям дитини. Також вони можуть бути ефективнішими, якщо виконуються в ігровій формі та враховують індивідуальні особливості кожної дитини.