

Мария Рахмани, Анастасия Ульянова

РУКИ—ТРЮКИ

НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ИГРА ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ

В набор входят:

- 80 карточек с изображением рук, держащих различные игровые предметы (20 карт для правой руки, 20 — для левой, 40 — для обеих рук);
- 8 игровых предметов: два кубика, два жетона, две резинки, две фишки;
- инструкция.

Возраст игроков: от 4 лет.

ОБ ИГРЕ

«Руки-трюки» — это настольная игра для развития мелкой моторики. На карточках нарисованы руки, удерживающие между пальцами мелкие предметы (жетоны, фишки, кубики, резиночки), рядом с каждым игроком лежат те же предметы, которые изображены на карточках. Задача игрока — быстрее соперника воспроизвести положения рук, удерживая предметы так, как изображено на карточках.

На создание этого комплекта нас вдохновила игра «Лапкоштучки-штучколапки» («Łapkosztuczki-sztuczkołapki») Коби Бен-Аруша (Koby Ben-Aroush). Мы взяли за основу идею — манипуляции с мелкими, различными по форме предметами и добавили те предметы и те «хваты», которые были

важны нам с точки зрения работы нейropsychолога над пальцевым праксисом и пространственными представлениями.

Что такое пальцевый праксис и почему так важно его развивать? Праксис — это система произвольных сознательно скоординированных движений. Застегнуть пуговицы, собрать конструктор, написать слово в тетрадке — все это примеры произвольных действий, состоящих из серии отдельных операций. Их невозможно выполнить без общего замысла, без представления о том, что должно получиться в результате. В игре мы как раз и тренируем навык *произвольного* действия — для того чтобы воспроизвести изображенное на карточке, нужно продумать, какие именно предметы понадобятся, затем разместить их в руках в определенном порядке так, чтобы ничего не упало.

Мы сосредоточились именно на пальцевом праксисе — на возможности совершать мелкие и точные движения кистями и пальцами рук. Возраст 4–6 лет является сенситивным периодом для развития тонких движений руки, необходимых для овладения графомоторными навыками. Рука дошкольника еще физиологически слаба, пластична, тонус мелкой мускулатуры низкий или, наоборот, слишком высокий, — ребенку еще только предстоит научиться распределять мышечную нагрузку на руки. Для развития мелкой моторики и подготовки руки к письму нейropsychологи предлагают различные тренировочные упражнения. Варианты игры, дополнительные задания и модификации, которые мы здесь описываем, могут стать альтернативой таким упражнениям.

В игре тренируются точность движений, плавность, ловкость, координация. Те движения, которые приходится выполнять игрокам, формируют основу для дальнейшего развития речи, овладения навыком письма, произвольного контроля.

Игра развивает:

- мелкую моторику — необходимо точно воспроизводить изображенные на карточках положения рук;
- межполушарные связи и двучную координацию — нужно выполнять движения то одной, то другой рукой, то обеими руками сразу;
- произвольный контроль и планирование — игроку требуется удерживать внимание и на карточке, и на своих руках, нужно определить порядок действий, в котором брать предметы будет наиболее удобно, и при этом следить за тем, чтобы они не выскользнули из рук;
- пространственные представления — нужно определить, какая рука изображена на карточке, какие предметы и как именно нужно удержать;
- способность переключаться — карточки для левой, правой и обеих рук перемешиваются в колоде и нужно быстро определять, какой именно рукой производить манипуляции; к тому же количество предметов на карточках разное (на одних — один-два предмета, на других — все четыре);
- память — в описанных ниже модификациях игры часто требуется запомнить положения рук и предметов и воспроизвести их по памяти.

Кроме того, в этой игре, как и в любом другом соревновании, тренируется умение конструктивно обходиться с успехом или неудачей, что в свою очередь тесно связано с мотивацией к обучению. Составляющие любой игры — азарт и предвкушение успеха помогают справляться с неудачами (исправлять ошибки, продумывать новые стратегии) и усиливают мотивацию. Для обучения это очень важно.

Игровой комплект рассчитан на двух игроков, не считая ведущего. На одного игрока приходится одна резиночка, один кубик, один жетон и одна фишка. Предметы подобраны таким образом, что в случае их утери или если нужно увеличить количество играющих, предметы можно было бы легко заменить или дополнить. Кубик и фишка берутся из любой настольной игры, в качестве жетона можно использовать монетку или плоскую пуговицу, резинка тоже подойдет любая, но лучше, если это будет резинка для волос небольшого размера.

Игра предназначена для детей дошкольного и школьного возраста, однако подойдет и для взрослой компании. Специалисты (нейropsychологи, логопеды, дефектологи) могут использовать игру в индивидуальной коррекционно-развивающей работе, а взрослые, которые занимаются с ребенком самостоятельно, — для того чтобы подготовить руку ребенка к письму, да и просто весело и с пользой провести время вместе.

Обратите внимание, что для любого из вариантов игры нужен ведущий — он будет выполнять роль судьи в спорных моментах и контролировать ход игры. Ведущим может быть специалист или родитель, если игра используется в коррекционно-развивающих целях, или любой из игроков, если цель — просто поиграть.

БАЗОВЫЙ ВАРИАНТ ИГРЫ

Задача игрока — быстрее соперника воспроизвести положения рук, удерживая предметы так, как изображено на карточках.

Каждый игрок раскладывает перед собой комплект предметов: резинку, кубик, фишку, жетон. Все карты нужно пере-

мешать и сложить стопкой рубашкой вверх на равном расстоянии между участниками.

Ведущий или любой из игроков, исполняющий его роль, открывает первую карту в общей стопке. Игроки хватают предметы, размещают так, как показано на карточке, и стараются удержать их в течение пяти секунд. Тот, кто первым верно повторит изображенное на карточке и удержит предметы в течение оговоренного времени, побеждает в раунде и забирает карту себе.

Выигрывает тот, кто первым наберет пять карточек.

Внимание! Цвета изображенных на карточках и реальных игровых предметов могут различаться. Цвет предмета не важен.

Как усложнить игру?

1. Можно разделить всю колоду на две равные части, и тогда каждый игрок будет повторять движения с карт только из своей стопки. Ведущему при этом нужно будет следить за правильностью выполнения заданий каждым участником. Выигрывает тот, кто первым соберет пять карт.

В этом варианте игры участники находятся не в равных условиях, ведь карты в колоде размещены случайным образом, и одному игроку может достаться простая для исполнения карта, в то время как другому — более сложная. Здесь игроки вынуждены принимать самостоятельные решения в отличие от базового варианта, в котором один игрок может подсмотреть у другого ход его работы при столкновении со сложной картой (например, нужно придумать, в каком порядке лучше разместить предметы в руке).

2. Можно положить карточки не прямо перед игроками, а вверх ногами или боком. Тогда игрокам придется выполнять еще и пространственную перешифровку. Этот вариант подойдет для продвинутых игроков.

Пояснения для ведущего

Сложность игры и ее продолжительность определяются взрослым — в зависимости от возраста игроков и коррекционной задачи.

Мы рекомендуем начинать игру с простых карточек, на которых изображена одна рука и один предмет. Если ребенок правша, то начинаем с карточек для правой руки, если левша, то лучше начать с карточек для левой руки. Постепенно переходим к более сложным карточкам, увеличивая количество удерживаемых предметов, далее добавляем карточки для одновременного выполнения двумя руками. Продвинутые игроки или взрослые могут перемешать все карты и доставать их из колоды вне зависимости от сложности.

Обратите внимание: сложные карты с большим количеством предметов требуют при выполнении более тщательного планирования действий. Если ребенок не спланирует, в каком порядке брать предметы, ему будет неудобно, предметы начнут выпадать. Некоторые карточки можно повторить, только хорошо продумав, в какой руке и что нужно разместить сначала, а что потом.

Например, для выполнения этой карточки нужно сначала надеть резинку и



только потом разместить между пальцами фишку и кубик. Если сначала разместить кубик и фишку, не останется возможности надеть резинку.

На всех картах в верхней части лицевой стороны нарисована желтая полоска. Это позволяет быстро определить, где у карт верх, где низ, чтобы правильно расположить их перед игроками. Рубашки всех трех категорий (для левой руки, для правой и для обеих рук) различаются деталями: на рубашках для левой руки изображена резиночка, на рубашках для правой — фишка, для обеих рук — две карточки. Если понадобится отделить карты разных категорий друг от друга, воспользуйтесь подсказкой.



Левая рука

Правая рука

Обе руки

МОДИФИКАЦИИ ИГРЫ

Повтори по памяти

Задача игрока — запомнить изображенные на карточке положение рук и расположение предметов и воспроизвести их по памяти.

Все карты нужно перемешать и сложить стопкой рубашкой вверх на равном расстоянии между участниками. Ведущий

открывает первую карту в стопке и дает участникам 10–15 секунд на запоминание, затем переворачивает карту. Игроки выполняют задание по памяти, а тот, кому удалось первым зафиксировать предметы и позу, кричит: «Готово!» Ведущий отсчитывает пять секунд, проверяя в это время правильность выполнения. Если все верно, победитель забирает карточку себе. Выигрывает тот, кто наберет больше всех карт.

Еще сложнее: запомнить изображенное на карточке и воспроизвести все это с закрытыми глазами. Это усложнение только для продвинутых игроков или для взрослых.

Новый предмет

Задача игрока — воспроизвести изображенные на карточке положение рук и расположение предметов, заменив один или несколько предметов из набора любым мелким бытовым предметом.

Правила игры те же, что и в базовом варианте — выигрывает тот, кто быстрее наберет пять карт. Однако вместо определенных предметов нужно взять другие мелкие предметы, заранее обговорив с участниками, что на что меняется. Например, нужно поменять фишку на карандаш, а жетон — на спичку. Можно использовать любые небольшие предметы.

Эта модификация игры больше подходит для старших школьников. Если играете с дошкольниками и младшими школьниками сделайте памятку — схематично нарисуйте на листке бумаги, что на что меняется.

Путаница

Задача игрока — воспроизвести изображенные на карточке положение рук и расположение предметов, заменив предметы из набора между собой.

Перед началом игры заранее обговаривается, какой предмет на какой нужно поменять, например, кубик меняется на фишку, и наоборот. Обратите внимание, что резинку не получится полноценно заменить на другой предмет из набора, но если копировать положения рук и пальцев не точно, а приблизительно, то можно попробовать.

Эту модификацию игры можно объединить с основной версией и предложить игрокам изменять правила по сигналу. Это может происходить так: ведущий называет кодовое слово (например, «солнышко»), игрокам необходимо переключиться и поменять предметы — кубик на фишку, фишку — на кубик. Если затем в игре снова прозвучит «солнышко», нужно вернуться к базовому варианту и фишку на кубик не менять.

Такое задание будет интенсивно работать на развитие самоконтроля.

Левой — правой

Задача игрока — воспроизвести правой рукой расположение предметов, изображенное на карточке для левой руки, и левой рукой — изображенное на карточке для правой руки.

Для этого варианта игры можно отобрать карты для левой и правой рук, а остальные отложить в сторону, самые продвинутые игроки могут играть всей колодой.

Так же, как в базовом варианте, карты выкладываются стопкой рубашками вверх на равном расстоянии от игроков. Ведущий открывает первую карту. Если она для левой руки, то игрокам нужно повторить все правой рукой, и наоборот, если карты для правой руки, то повторить изображенное на ней нужно левой рукой. Если это карта для двух рук, то все это нужно сделать одновременно и для правой, и для левой руки.

Можно объединить эту модификацию с основной версией игры и предложить игрокам по сигналу переключаться с базового варианта на дополнительный. Это может выглядеть так: ведущий называет кодовое слово (например, «кошечка»), игрокам необходимо переключиться и правую руку поменять на левую, и наоборот. Если затем в игре снова прозвучит кодовое слово, нужно вернуться к базовому варианту и руки не менять. Ведущий может устраивать «ловушки», вводя игроков в заблуждение, — называть слова, похожие по звучанию на кодовое слово («кошечка» — «ложечка»).

Этот вариант игры подойдет для опытных игроков.

НЕИГРОВЫЕ ВАРИАНТЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КАРТОЧЕК

Здесь представлены не игровые модификации, а скорее индивидуальные способы работы специалиста с детьми. Используйте их на свое усмотрение в зависимости от коррекционной задачи.

Ритмические серии

Ребенку нужно сначала протопать ногами определенный ритм, а затем воспроизвести изображенные на карточке положение рук и расположение предметов.

Сначала разучите с ребенком ритмическую серию, например, такую: топнуть левой ногой, потом двумя ногами, потом правой, затем левой. Договоритесь о правилах: разученный ритм нужно будет повторить перед тем, как взять в руки предметы и повторить изображенное на карточке. Можно предложить протопать ритм и после того, как получится удержать предметы в руках.

Этот вариант можно еще усложнить, попросив участников сохранять ритм все время, пока они пытаются разместить и удержать в руках предметы.

Многозадачность

Ребенку нужно воспроизвести изображенные на карточке положение рук и расположение предметов, одновременно с этим выполняя задание ведущего.

Дошкольникам можно предложить перечислить предметы из определенной категории (например, виды транспорта, домашних животных и т.д.), рассказать стихотворение, повторить скороговорку, отгадать загадки.

Школьникам подойдут более сложные задания, например, решить примеры, поиграть в устные игры типа «Да и нет не говори» (на вопросы ведущего нельзя отвечать «да» или «нет») или «Болгария» (на вопросы ведущего игроки отвечают «по-болгарски»: если согласны — качают головой, а если нет — кивают). Или, например, при выполнении поз для обеих рук, вкладывая предметы в левую руку — называть гласные буквы, а в правую руку — согласные. Сложность здесь в том, что нужно успевать вовремя переключаться: есть такие позы, в которых сначала нужно, например, надеть резиночку на пальцы левой руки, затем правой взять жетон и вложить его в левую руку.

Добавим предмет

Задача ребенка — открыв одновременно две карточки, для одной руки и для обеих, воспроизвести изображенное на карточке для обеих рук, добавив один любой предмет с карточки для одной руки.

Разделите колоду на две: в первую сложите карты для обеих рук, а во вторую — для левой и для правой. Отберите те карты для обеих рук, на которых изображены один или два предмета.

Объясните ребенку, что нужно открыть одновременно две карточки из обеих колод, повторить изображенное на карточке для обеих рук, а затем выбрать любой предмет из карточки для одной руки и расположить его так же, как нарисовано на этой карточке. Если предмет со второй карточки интегрировать невозможно, то нужно взять следующую карточку из второй стопки или вовсе заменить обе карточки.

На уроке

Ребенку нужно будет побыть в роли ведущего, проверяя правильность выполнения взрослым изображенной на карточке позы. Взрослый при этом может намеренно ошибаться, повторяя позы с карточек, или попросить показать, в каком порядке лучше располагать предметы, чтобы ничего не упало.

Игру «Руки-трюки» можно сочетать с другими нейropsихологическими играми, например, с игрой «Попробуй повтори» (М.: Генезис, 2022) или «Два притопа, три прихлопа» (М.: Генезис, 2022).

Играйте и развивайтесь с удовольствием!

Рахмани Мария,

Ульянова Анастасия,

авторы игры «Раз, два, три! Сравни и заberi»,

комплектов «Внимание! Нейropsихолог на связи»,

«Расшифровки и не только»,

практикующие нейropsихологи, ведущие семинаров

www.neuroseminary.ru, vk.com/neuropsyseminary