**Παιχνίδια που βοηθούν στη συγκέντρωση - προσοχή**

1. Παίρνουμε κουτιά που τα γεμίζουμε με διάφορα υλικά, όπως αλεύρι, όσπρια, άμμο, αφρολέξ και κρύβουμε αντικείμενα και καλούμε το παιδί να τα βρει.
2. Παίζουμε με μπάλα, την οποία καθώς πετάμε λέμε λέξεις από κατηγορίες που έχουμε επιλέξει, όπως για παράδειγμα «φρούτα», «επαγγέλματα», «λέξεις που αρχίζουν από ‘’κ’’», «φαγητά που έχουν κιμά» κτλ. Κάθε φορά που ρίχνουμε την μπάλα λέμε και μια λέξη από την κατηγορία.
3. Παίζουμε τα λαγωνικά: κρύβουμε διάφορα αρωματικά σε έναν χώρο, όπως λεμόνι, φακελάκι τσάι, κρεμμύδι, γαρύφαλλο και ζητάμε από το παιδί να τα εντοπίσει.
4. «Πλέξε τα δάχτυλά σου». Πείτε στο παιδί «Πλέξε τα δάχτυλά σου. Κοίταξε αν βρίσκεται από πάνω ο δεξιός ή ο αριστερός αντίχειρας. Άνοιξέ τα πάλι και κράτα τις παλάμες σου αντικριστές, έτσι ώστε  τώρα να βρίσκεται από πάνω ο άλλος αντίχειρας». (Το μυαλό συγκεντρώνεται στο πλέξιμο των δαχτύλων και ξεχνά το μπλοκάρισμα από στρες.). Μέσω της αλλαγής των αντιχείρων (12 επαναλήψεις), ενεργοποιούνται τα δυο ημισφαίρια του εγκεφάλου και έτσι συντονίζονται.
5. Φτιάχνουμε σχέδια με οδοντογλυφίδες ή τουβλάκια και ζητάμε από το παιδί να τα αντιγράψει.
6. Βοηθάνε και δραστηριότητες, όπως Sudoku, tangrams, οφθαλμαπάτες, «βρες τις διαφορές», που βρίσκουμε σε περιοδικά.
7. Ανάγνωση παραμυθιών ή βιβλίων.