

Игры, которые лечат

Малыша практически невозможно заставить целенаправленно выполнять какие-либо, даже самые полезные упражнения. Ребенку должно быть интересно это делать не потому, что «надо» и «полезно», а потому, что ему это нравится. Именно поэтому мы представляем использовать адаптированные, измененные в виде игры упражнения по оздоровлению и профилактике заболеваний.

В результате использования лечебных игр удастся не только лечить детей, но и оказывать влияние на всестороннее, гармоничное физическое и умственное развитие, формирование необходимых навыков, координации движений, ловкости и меткости.

1. Живопись с помощью пальцев



Такой вид живописи благотворно влияет на психику ребенка, так как успокаивает и расслабляет. Краски растекаются и переливаются, как эмоции. Такая живопись помогает адекватно выразить эмоциональное состояние ребенка: гнев, обиду, боль, радость. Это позволит отследить внутреннее состояние ребенка. Прикосновение к краскам, их размазывание по ватману позволяет более полно включиться в процесс творчества, мобилизует внутренние резервы организма.

Перед началом работы необходимо надеть на ребенка фартук, дать легко смываемые краски и закрыть поверхность стола клеенкой. Начните вместе с ребенком, покажите ему, как это делать. Рисовать пальцами можно по-разному. Лучше начать с самого простого. Покажите ребенку, как макать пальцы в краску и рисовать полоски, точки, как оставить отпечаток всей ладони. Подскажите ему, что можно использовать разные цвета. Расспросите, что он нарисовал.

Также интересно рисование пальчиковыми красками через трафарет. Вырежьте аккуратно фигурки и покажите малышке как его прикладывать и закрашивать. А когда уберете трафарет, будет повод вместе порадоваться результату.

А самое главное – помните, что если ребенок улыбается и радуется, значит, все удалось!

2. Работа с глиной



Работа с глиной оставляет приятные ощущения, помогает расслабиться. Этот вид работы удовлетворяет интерес ребенка к частям тела. Глина обладает свойствами, способствующими заживлению ран.

Занятия с глиной позволяют снять стресс, помогают выражению чувств, избавляют от избытка слов, если ребенок болтлив, и приобщают к социальной активности необщительных детей.

При работе с глиной можно выполнить следующие задания:

- закройте глаза и почувствуйте кусок глины, подружитесь с ним. Какой он: холодный, теплый, влажный, сухой?;
- сожмите, разгладьте глину пальцами, тыльной стороны руки;
- проткните глину;
- пошлепайте по ней, пощупайте место от шлепка;
- оторвите кусочек и сделайте змею, сожмите в кусок.

3. Игры с песком



Игры с песком имеют положительное значение для развития психики ребенка, установления психологического комфорта:

- при взаимодействии с песком стабилизируется эмоциональное состояние;
- развитие мелкой моторики и тактильно - мнемической чувствительности влияет на развитие центра речи в головном мозге ребенка, формирует произвольное внимание памяти.

Здравствуй, песочек!

(развиваем мелкую моторику)

- Предложите малышу дотронуться до песка поочередно пальцами одной, потом второй руки, затем всеми пальцами одновременно — «Здороваются пальчики».

- «Ладонка здороваётся с песочком» — дотронуться до песка всей ладонкой — внутренней, затем тыльной стороной.
- «Ручки радуются песочку» — перетираем песок между пальцами, ладонями.

Оставляем «необыкновенные следы»

(развиваем у малыша тактильную чувствительность и воображение)

Продолжаем игру, придумывая, кто бы мог пройти по этому песочку.

- «Идут медвежата» — ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.
- «Прыгают зайцы» — кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
- «Ползут змейки» — ребенок расслабленными или напряженными пальцами рук делает поверхность песка волнистой (в разных направлениях).
- «Бегут жучки-паучки» — ребенок двигает всеми пальцами, имитируя движение насекомых (можно полностью погружать руки в песок, встречаясь под песком руками друг с другом — «жучки здороваются»).

«Кап-кап-кап, дождик пошел»

(учим малыша сравнивать, анализировать и делать выводы)

Пора смочить песочек. Мы замечаем, как он изменяется (становится темнее, уже не рассыпается).

Можно попробовать построить что-либо из сухого песка и из влажного — и сравнить результаты.

Узоры на песке

Можно оставлять узоры на песке, когда взрослый рисует различные геометрические фигуры (в соответствии с возрастом малыша), узоры (прямые и волнистые дорожки, заборчики, лесенки). Ребенок должен нарисовать такой же узор внизу на песке, либо продолжить узор взрослого.

Те же узоры на песке изготавливаются путем выкладывания в заданной последовательности предметов, например, камешков, желудей, больших пуговиц и т.п.

Обратите внимание, что на мокром песке получаются более четкие узоры, дорожки и любые изображения.

Научите ребенка создавать из песка города и леса (используя при «строительстве» не только влажный песок, но и веточки, цветочки, камушки — все, что находится под рукой), озера (делая в песке углубления и наполняя их водой) и острова.