

«Игры, которые лечат».

Ладушки

Цель: Координация движений и движений по команде, слухового анализатора, преодоление задержки психомоторного развития, увеличение амплитуды движения в суставах рук и кистей.

Взрослый показывает, как нужно делать хлопки. Ребенок подражает ему. Затем по команде ведущего ребенок самостоятельно выполняет хлопки: перед собой, над головой, за спиной, в положении стоя, сидя на корточках, лежа на спине и на животе. Взрослый задает темп («ладушки, ладушки, хлоп, хлоп»).



При выполнении упражнения необходимо внимательно следить за частотой дыхания и эмоциональным возбуждением, покраснением или бледностью кожи, потливостью лица.

Пальчик о пальчик

Цель: Уравновешивание нервных процессов, укрепление тормозных реакций, выполнение действий по команде, координация движений рук.

Родители садятся напротив ребенка.. Под песенку выполняют движения:

Пальчик о пальчик тук да тук, *(повторить 2 раза)*

Хлопай, хлопай, хлопай! *(хлопают в ладоши)*

Ножками топай, топай! *(повторить 2 раза)*

Спрятались, спрятались. *(закрывают лицо руками)*

Пальчик о пальчик тук да тук. *(повторить 2 раза)*

Мячик покатился

Цель: Развитие координации движений (в том числе кистей и пальцев рук), умение ориентироваться в пространстве, обучение различным приемам игры в мяч.



Мама садится напротив ребенка, берет в руки мячик и катит его в сторону ребенка и говорит при этом: «Мяч покатился». Ребенок должен взять мячик и попробовать покатить его маме, а мама повторяет те же слова: «Мяч покатился» Взрослому нужно контролировать правильность осанки, смыкание губ и носовое дыхание.

Воробьи

Цель: Учить выполнять прыжки, развивать координацию движений, укрепление связочно-мышечного аппарата стоп.

Предлагаем ребенку поиграть в «воробьев». Взрослый держит ребенка под мышки, а позже — за плечи (лицом к себе). Когда ребенок освоит подпрыгивания- держит ребенка за одну руку и прыгает вместе с ним.

Идем в гости к мишке

Цель: Развитие координации движений, умения ориентироваться в пространстве, ходить.

Атрибуты: Большая мягкая игрушка-мишка, мел (если на площадке), лента (если в комнате).

Взрослый чертит мелом или раскатывает на полу ленту длиной 2—3 м. На другом конце ставит игрушку и предлагает ребенку через мостик перейти в гости к мишке. Взрослый придерживает ребенка за руку, сопровождает движение словами:

Мы по мостику идем,
В гости к мишке идем.
Поиграем и попляшем,
А потом домой пойдем.

Если ребенок справляется, то дополнительно можно расставить препятствия (кубики или кегли). Ребенок должен обходить их зигзагами.



Достань палочку

Цель: Укрепление мышечного «корсета» позвоночника, мышц тазового пояса ног.

Атрибуты: Яркая палочка, коврик.

Взрослый предлагает ребенку достать палочку ногами, согнутыми в коленях. Ребенок лежит на спине на коврике, поднимает ноги, согнутые в коленях, и прижимает их к груди вначале с помощью взрослого и под его счет. Затем ребенок пытается достать до палочки прямыми ногами. В это время взрослый на расстоянии 30—35 см держит над ребенком палочку.

Помните, самое главное – это не то во что играть, а то, как играть.

Самая эффективная психотерапия – это родительская любовь.

Почаще обнимайте своего малыша, целуйте, говорите, как сильно вы его любите, какой он хороший и замечательный.

Любите, понимайте и растите вместе!