

Рекомендации по организации вечерних игр с детьми младшего дошкольного возраста.

Даже для самого общительного ребёнка детский сад – это стресс. Что могут сделать родители, чтобы помочь ребёнку снять дневной стресс? Один из лучших антистрессовых приёмов - игра. Она позволяет ребёнку раскрепоститься, расслабиться. Постарайтесь соблюдать несколько не хитрых правил. Во-первых, выбор – играть или не играть – должен всегда оставаться за ребёнком. Возможно, как раз сегодня он настолько устал, что захочет просто погулять, или почитать. Во-вторых, «вечерняя» игра не должна быть шумной, сопровождаться беготнёй и криками. Приготовьте старые газеты, журналы, бумаги и широкое ведро или корзину. Ребёнок может рвать, мять, топтать бумагу. В общем, делать с ней всё, что заблагорассудится, а потом бросать её в корзину с определённого расстояния правой или левой рукой, т. е. метать (развивать меткий глаз), из-за головы, от груди, снизу вверх.

Варианты игровых упражнений для коррекции стопы:

- «Подъёмный кран». Сидя на полу, упор руками сзади – поднимать бумагу, салфетки ступнями ног, переложить вправо, влево.
- «Курочка». Сидя на стульчике пальчиками ног поднять карандаш, фломастер, лежащий на полу и отбросить его как можно дальше.
- «Мишка на роликовых коньках». Катать карандаши, фломастеры ступнёй с сильным нажимом. Прокатывать их от носка к пятке.
- «Обезьянка- художник». Толстым фломастером, зажатым между пальцами ноги рисовать на листе бумаги, картона, лежащем на полу желаемый рисунок (солнышко, цветочек, тучку, море...)
- «Обезьянка – музыкант». Поднять пальцами ног погремушку и позвенеть.

