

# СЕМИНАР

## для родителей

### «Занимательная психология»

### *«Развивающие и адаптивные игры для ребенка»*

**Цель** – создание условий для сохранения и укрепления психического здоровья детей.

**Задачи:**

1. Способствовать стабилизации и коррекции психоэмоционального состояния, снижению тревожности.
2. Стимулировать сенсорное развитие через тренировку зрительных, слуховых, кинестетических рецепторов.
3. Стимулировать познавательную активность, интерес к исследовательской деятельности.
4. Обучать приемам релаксации.
5. Создавать условия для формирования позитивных отношений в детско – родительских парах.

#### **Ход семинара**

*Психолог.* Здравствуйте, уважаемые родители. Я рада вас видеть на нашем семинаре. Для того что бы наше общение и взаимодействие были более эффективными, я предлагаю познакомиться. Пусть каждый из вас представится, назовет имя своего ребенка и расскажет немного о малыше. Если позволите, я начну.

*Родители по кругу представляются.*

*Психолог.* Посмотрите друг на друга. Мы разные, но чем-то схожи. Есть что-то, что нас объединяет: интересы, привычки, жизненные обстоятельства. Нас объединяет и то, что дети пошли в детский сад. Кажется, еще только недавно родился ребенок, пролетел первый беспокойный месяц его жизни, появился первый зуб, первый шаг, первое слово... И вот вы уже ведете малыша за ручку в детский садик. А вы помните свой детский сад? Вспомните воспитательницу, ребят – девчонок и мальчишек. Вспомните свои игры и любимую игрушку. Поделитесь своими воспоминаниями.

*Родители рассказывают о своем детском саде.*

*Психолог.* Малыш, оказавшись в новой обстановке с незнакомыми детьми и взрослыми, испытывает волнение, тревогу, страх, гнев. Ребенок переживает: «Как я без мамы? Не бросили ли меня?» Привыкание к детскому саду – процесс непростой. Адаптивные возможности дошкольника ограничены, и если привыкание протекает тяжело, малыш может заболеть. Помочь ребенку в этот период могут близкие ему люди. Чтобы снизить эмоциональное напряжение, необходимо переключить внимание малыша на деятельность, которая приносит ему удовольствие, - на игру. Как вы думаете, что дает ребенка игра?

*Ответы родителей.*

Комментарий: удовольствие, знакомство с нормами и правилами жизни, общение со сверстниками, возможность выражать свои эмоции, внутреннюю свободу (играю с кем хочу, где хочу, сколько хочу, чем хочу).

*Психолог.* Давайте немного поиграем. Игра называется «Солнышко светит на тех...» Например, я скажу: «Солнышко светит на тех, у кого малыш пошел в детский садик», то встанут и поменяются местами те, кого касаются мои слова.

Итак, солнышко светит на тех...

- У кого сейчас хорошее настроение;
- Кто читает своему ребенку сказки на ночь;
- Кто может стать для ребенка Карлсоном, который живет на крыше;
- Кто читает книги по воспитанию и развитию детей;
- Кто уделяет общению с ребенком больше 30 минут в день;
- Кто придумывает для ребенка интересные игры;
- Кто любит рисовать;
- Кто любит поваляться, повозиться ребенком.

Игра - возня – это игра, необходимая для развития ребенка раннего возраста. Взрослые часто запрещают подобные игры, считая их слишком шумными и не приносящими пользы. Но даже такая незамысловатая игра, как «куча - мала», учит детей взаимодействовать друг с другом, умению управлять своим телом, выплескивая эмоции. Чтобы ребенок получил опыт игры - возни, папы могут «помериться с ним силой». Ребенок от подобного общения придет в восторг, а кроме того, научиться принимать и победу и поражение. Доволен будет и папа. В раннем возрасте у детей формируется образ «телесного - Я»: они начинают осознавать свое тело, учатся управлять им. Пусть ребенок знакомится с окружающим миром – кувыркается, смотрит, щупает.

Посмотрите: у меня есть четыре воздушных шарика основных цветов: красный, желтый, зеленый, синий. В красный шарик я насыпала немного крупной фасоли, в синий – гречневой крупы, в желтый – пшена, в зеленый – крахмал. Яркие шарики привлекают внимание ребенка, при разминании они мягко массируют ладошки малыша.

Можно поиграть с массажным мячиком – «ежиком». Аккуратно кладите шарик на ладонь ребенка, прокатывайте «ежика» по каждому пальчику, начиная с большого пальца, и чуть дольше задерживайтесь на подушечках каждого пальчика. Все движения нужно выполнять в направлении от периферии к центру, лучше – сопровождая стихотворными текстами.

Каждый из нас помнит хотя бы одно стихотворение из детства. Чем больше в нем действий, тем лучше. Проводите занятия перед сном. Лягте рядом с малышом, возьмите его за ручку (какую ему удобнее), погладьте, предложите «сделать курочку», и если ребенок не вырывает руку, начните рассказывать стишок, обыгрывая каждое действие.

Вышла курочка гулять,	<i>«Шагаем» своими пальцами по ладошке ребенка</i>
Свежей травки пощипать.	<i>Пощипываем большим и указательным</i>

	<i>пальцами</i>
А за ней ребятки-желтые циплятки.	<i>Гладим ладошку, растопыривая пальчики ребенка.</i>
- Ко-ко-ко, ко-ко-ко,	<i>Постукивает указательным пальцем по ладошке ребенка.</i>
Не ходите далеко!	<i>Водим пальцами от пальчиков к запястью</i>
Лапками гребите,	<i>Подушечками пальцев скребем по ладошке ребенка.</i>
Зернышки ищите.	<i>Постукиваем указательным пальцем по ладошке малыша.</i>
Съели толстого жука,	<i>Сгибаем пальцы рук ребенка в кулачок.</i>
Дождевого червяка,	<i>Произносим медленно, разгибая и поглаживая каждый пальчик.</i>
Выпили водицы	<i>Дуем на ладошку.</i>
Полное корытце.	<i>Складываем ладошку лодочкой.</i>

*Психолог.* Ребенок осваивает окружающий мир с помощью органов чувств, а особенно через тактильную чувствительность пальчиков и ладошек. Посмотрите, что я вам принесла. У меня есть кусочек меха, листок наждачной бумаги, шишка, грецкий орех, ребристый карандаш, гладкий камешек. Рассмотрите, потрогайте, опишите их. Например: мех – мягкий, пушистый, а камешек – гладкий, холодный. Затем закройте глаза, протяните ладонь, отгадайте, какой предмет я положила. (Родители по очереди отгадывают предметы.) А теперь усложним задачу: попробуйте угадать предмет надев на руку варежку. Молодцы, у вас хорошо получается! Попробуйте поиграть в такую игру со своим ребенком.

Если в детском возрасте не тренировать движения и не обогащать сенсорный опыт, то, повзрослев, человек не будет обладать достаточной пластичностью ума, чтобы уметь легко приспосабливаться к различным обстоятельствам. При этом развивается чувствительность рук, активизируется внимание. К тому же подвижность пальцев рук тесно связана с развитием речи.

Активизировать речевое развитие можно лепкой из пластилина, цветного соленого теста, играми с предметами – заместителями: спичками, счетными палочками, прищепками. Например, начав выкладывать из счетных палочек заборчик, предложите ребенку продолжить его в правильной цветовой последовательности. Выложите из палочек (спичек) узоры «дорожка», «лестница», «снежинка». Если ребенок справится, предложите узоры посложнее – «машина», «елка» и т.п.

Вырежьте из картона солнышко (паровозик, платочек, тучку) и предложите ребенку «подарить ему лучики – прищепки» (вагончики, бахрому, дождик).

Детские игры очень разнообразны. С чем ассоциируется у вас слово «детство»? (*Ответы родителей*). У меня слово детство вызывает очень много воспоминаний о песочнице. Какое удовольствие мы получали, выпекая куличики и пирожки! Именно в песочнице строится первый дом, сажается

дерево, создается семья. Все это – мир ребенка, в котором он чувствует себя защищенным, здесь ему комфортно – все понятно и близко.

Создать свою песочницу можно и дома, насыпав на поднос особый белый «песок» - манную крупу. Вместо манки можно использовать «космический песок», он не рассыпается по дому и приятен на ощупь. Манку можно насыпать горкой или разровнять. Пусть ребенок «пройдется» по крупе пальчиками: сначала только указательным, потом средним, безымянным, большим и, наконец, мизинчиком. Можно группировать пальцы по два, три, четыре, пять и создавать загадочные следы. Как хорошо вместе пофантазировать, отгадывая, кому они принадлежат – мышке и ли слонику! А еще можно порисовать пальчиком, палочкой или кисточкой. И лучше двумя руками одновременно.

Как вы думаете почему дети любят играть в песок?

*Ответы родителей.*

*Комментарий.* Да, песок помогает расслабиться, он завораживает ребенка своей податливостью, способностью принимать любые формы: быть сухим, легким и ускользающим или влажным, плотным, пластичным. Играя, ребенок строит новый мир на песке, чувствует себя волшебником, он не боится изменений и радуется.

*Психолог.* Песок очень похож на воду. Вода расслабляет и успокаивает. Если малыш расшалился, пригласите его поиграть с водой. Налейте в таз немного теплой воды, добавьте 1-2 капли лавандового или ромашкового масла. Предложите ребенку взять в качестве игрушек губку, коктейльные трубочки, кусочек пемзы, камешек, бутылочки, бумажные кораблики. Как здорово пускать из наполненной пластиковой бутылки фонтан, сделать «дождь» из губки или измерить, сколько ложек воды умещается в стаканчике! Интересно, что камешек тонет, а пемза – плавает. Подуйте вместе через трубочки на кораблики. Такие игры непродолжительны – до тех пор, пока не остынет вода. Закончив игру, хорошенько разотрите кисти рук малыша.

Сколько интересных игр можно придумать с водой! Попробуйте с малышом поэкспериментировать с ее твердой формой – льдом. Заморозьте в вводу в контейнере для пищевого льда или формочках для игры в песок. Можно замораживать окрашенную воду – желтую, красную, синюю. Зимой окрашенными кристалликами льда украсьте ледяную горку, снеговика, сугробы возле подъезда. При заморозке положите в воду листочек, орешек, пуговку. А можно заморозить несколько маленьких фигурок «киндер-сюрпризов» и представить, что их заколдовала Снежная Королева. Затем вместе с малышом придумать разные способы, чтобы расколдовать фигурки.

Как вы думаете чем можно заменить воду?

*Ответы родителей*

*Психолог.* Создайте дома «сухой» бассейн. Наполните неглубокую миску фасолью, спрячьте в ней шарики или разноцветные бусинки. Предложите ребенку собрать одной рукой фасолинки, другой – бусинки и разложить их

по баночкам. Полезно и просто помогать маме собирать фасоль с пола после игры.

Чем можно заменить содержимое сухого бассейна?

*Ответы родителей.*

*Психолог.* Содержимое сухого бассейна можно заменить крышками от пластиковых бутылок, пуговицами. Пуговицы – сами по себе очень интересный материал. Как вы думаете, в какие игры с пуговицами можно поиграть? (Ответы родителей.) Составляйте из пуговиц узоры, придумывайте изображения на пластилине или соленом тесте, выкладывайте мозаичные картинки, нанизывайте пуговичные бусы. Можно придумать историю о пуговице – папе, пуговице – маме, пуговице – ребенку.

Только не забывайте о технике безопасности: при «общении» ребенка с мелкими предметами будьте всегда рядом. Познавая окружающий мир, ребенок много пробует на вкус. К сожалению, встречаются случаи попадания мелких предметов в дыхательные пути или пищеварительную систему. Поэтому так важно присутствие взрослого во время игр ребенка с мелкими и сыпучими материалами.

Языковые, или речевые, игры (эксперименты со словами, звуками) очень нравятся ребятам: иногда дети доводят родителей до иступления, выкрикивая в течении дня одну и ту же бессмысленную фразу. Лучше подключиться к игре. Например добавить несколько рифмующихся слов. А можно спеть ребенку распевочку:

Су-су-су-су,  
Я подарочек несу.  
Ке-ке-ке-ке  
Своей доченьке.  
Ту-ту-ту-ту,  
Кошечку пушистую.  
Лю-лю-лю-лю,  
Доченьку свою люблю.

А.Лобачева.

Такие распевочки развивают мышление, тренируют мимику, ведь малыш стремится повторять за мамой, следит за движениями ее губ и выражением лица. Распевочки, выражающие любовь и заботу, - словно живая вода для малышей.

Для ребенка важна поддержка близкого взрослого. Малышу еще трудно облечь слова, свои переживания и опасения (особенно детям с речевыми нарушениями). Помочь ребенку может его любимая игрушка, которая ассоциируется у него с положительными эмоциями, ощущением безопасности. Это могут быть кукла, плюшевый мишка или перчаточные кукулы би-ба-бо. Возьмите себе куклу и дайте малышу его любимую игрушку. Прикоснитесь к игрушке ребенка своей куклой, погладьте, обнимите, говоря при этом: «Сегодня мой малыш грустит. У нег мокрые глазки – он плакал. Что сегодня было в деском саду? С кем мой родной подружился? Как их зовут? В какие игры они играли?» Побеседуйте друг с

другом через кукол, активно слушайте малыша. Переноса на игрушку свои переживания и настроение, ребенок расскажет вам, что его тревожит. Ваша забота, ваше теплое участие, передаваемые через прикосновения игрушек, как бы скажут ему: «Я тебя люблю».

*Психолог.* Наш семинар подошел к концу. Спасибо вам за активное участие! Добра, любви и света вам и вашим деткам!

Литература:

1. Кремлякова А.Ю. Психологическое сопровождение детей с раннего возраста в ДОУ. –СПб.: ООО «ИЗДАТЕЛЬСТВО «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2013. -96 с. (Из опыта работы по программе Детство»).
2. Циклы игровых комплексов с детьми 2-4 лет в адаптационный период по программе «От рождения до школы»/ авт.-сост. О.Е. Белова. – Волгоград: Учитель, 2014. -154 с.