



Консультация для родителей

Игры перед сном

Подготовила:
Сосновская Ю.Е.
воспитатель
подготовительной группы №1
первой категории

В какие игры лучше всего играть перед сном? Любые родители ответят, что в спокойные. Это правильно. И все-таки нужно понаблюдать за своим малышом, чтобы вечерние игры помогли им справиться с некоторыми проблемами.

Часто бывает так: в садике ребенок – настоящий «ураган», и вечером дома он никак не может остановиться. Попробуйте направить его энергию в мирное русло. Для таких детей будет полезно, если вы заранее распланируете игровую программу на вечер таким образом, чтобы малыш постепенно освобождался от напряжения, которое накопилось.

Если ваш ребенок «тихоня», зато вечером его будто подменили, он прыгает, бегает и шумит, то помогите ему расслабиться, выговориться, не допускайте, чтобы он еще больше возбуждался.

Самый лучший способ для успокоения ребенка и снятия стресса – это игра. С ее помощью ребенок может по настоящему расслабиться.

Придерживайтесь нескольких правил:

★ Не используйте телевизор во время вечерних развлечений ребенка. Мигание экрана усиливает раздражение и нагрузку на уставший мозг.

★ Играйте вечером в спокойные, не очень подвижные игры.

★ Когда игра закончится, можно сказать сыну или дочке, что вам было интересно играть с ними. Дайте своему ребенку возможность лишний раз убедиться в том, что он любим и значим для вас.

Предлагаем вам следующие игры:

✓ Больше, чем... Менее, чем...

Взрослый ставит задачу:

"Я буду называть кого-нибудь или что-нибудь, а ты называешь предмет или животное (до трех), которое по размеру больше, чем я назвал."

Например, муравей - коробок, слон - дом, мышка - кошка, карандаш - самовар и так далее или наоборот. Вы называете что-то, а ребенок подбирает предмет, который меньше названного.

✓ Угадай, кто это?

Взрослый называет несколько слов (желательно использовать в основном прилагательные), описывающих то или иное животное. Задача ребенка, как можно быстрее угадать, о ком идет речь. Сначала следует давать более общие описания. Затем называть более точные признаки, характерные только для загаданного существа. Например: серый, злой, зубастый, голодный (волк).

✓ Что внутри?

Взрослый называет предмет или место, а ребенок в ответ называет что-то или кого-то, что может быть внутри названного предмета или места. Например:

дом - стол, шкаф - свитер, холодильник - кефир,

✓ Что будет, если...

Еще одна устная игра.

Вы задаете вопрос - ребенок отвечает.

"Что будет, если я встану ногами в лужу?"

"Что будет, если в ванну с водой упадет мячик? Палка? Полотенце? Котенок? Камень?" и так далее.

Затем меняйтесь ролями.

✓ Что можно делать с...? С чем можно делать...?

Взрослый начинает:

"Мячик можно кидать, катать, ронять, отбивать его ногой, ракеткой, а еще...".

"Воду можно пить. Ею можно умываться, в ней можно плавать, а еще..."

- ребенок продолжает.

Или:

"Залезать можно на шкаф, на кровать, на лестницу, на...", "Пить можно воду, молоко, сок, а еще..."

Или:

Чай пьют, а печенье едят.

На кровати лежат, а на стуле сидят.

Гвоздь забивают, а шуруп завинчивают.

Рубашку шьют, а шарф ... Котлеты жарят, а суп...

Песок в ведро насыпают, а воду... и так далее.

Когда суть игры станет понятной,

пробуйте меняться ролями –

ребенок начинает, вы продолжаете.

✓ **Кто что делает?** Правила - аналогичны другим устным играм: взрослый начинает, ребенок продолжает и наоборот. Начало может быть таким:

"Солнышко - светит, сияет, греет, а еще..."

"Чайник - свистит, кипит..."

"Машина - едет, гудит, светит..."

"Снег - идет, тает..."

"Кошка - бежит, ходит, пьет, спит..."

Или называете два предмета или живых существа. Ребенок должен назвать общее для них действие:

И лягушка, и зайчик - прыгают.

И птица, и муха летают.

И снег, и дождь выпадают на землю.

И снег, и лед - тают.

Или много предметов на одно действие:

"Светит - солнышко, лампа, фонарь, фара, а еще..."

"Едет - машина, поезд, велосипед..."

"Тает - мороженое, лед..."

Или задания, имеющие только один ответ:

"Кто чинит сапоги?"

"Кто печет пироги?"

и так далее о других профессиях.

"Кто хоботом пьет воду?"

"Носит грибы на иголках?" и т.д.

Проговорив, поиграв с ребенком в 2-3 такие игры, Ваш ребенок будет спать сном младенца!

✓ Идут клочки по закоулочкам.

Помните, как говорила Лиса из народной сказки? «Как выскочу, как выпрыгну, пойдут клочки по закоулочкам». Детям очень нравится рвать бумагу и слушать, какой при этом получается звук. Такое занятие отлично снимает напряжение как эмоциональное, так и мышечное. Возьмите ненужные газеты, журналы, бумаги и широкое ведро или корзину. Разрешите ребенку рвать, мять, топтать бумагу, и, вообще, делать с ней все, что пожелает. После можно делать бумажные «мячики» и бросать их в корзину.

✓ Тихая водичка.

Почти всем детям помогают справиться с дневным напряжением игры с водой. Наберите в ванную немного теплой водички. Игры должны быть спокойными и негромкими. Здесь масса вариантов: играем мочалкой, переливаем воду из одной емкости в другую.

✓ Что делали дома игрушки без тебя?

Посадите на диван разные игрушки: мишку, зайчика, куклу, лошадку, собачку, кошку и др. Взрослый говорит: «Игрушки обрадовались, что ты пришел домой, и приготовили сюрприз. Они умеют говорить, но хотят тебе показать, что делали дома без тебя. Ты хочешь узнать? Игрушки будут показывать, а ты попробуй угадать».

«Что мы делали, не скажем, но с удовольствием покажем», - игрушки прыгают, кувыркаются, пляшут, спят, листают книгу и т.д. Малыш отгадывает, а затем показывает игрушкам, что он делал в детском саду. Например, мыл руки и лицо, пел песни, ел, пил и т.д. Игрушки, отгадывая, могут ошибаться в ответах, и дошкольник рассказывает им, что он делал и что ему больше всего понравилось.