

Дети всегда нуждаются в родительских прикосновениях.



«КОПИЛКА ИГР И УТРАЖНЕНИЙ»

Подготовила материал педагог-психолог ГБДОУ
№ 102 Власова Е.В.



«Нам нужно **четыре объятия** в день для **выживания**.

Нам нужно **восемь объятий** в день для **поддержания здоровья**.

Нам нужно **двенадцать объятий** в день для **личностного роста**».

Это – фраза американского психотерапевта **Вирджинии Сатир**.



Предлагаю Вашему вниманию **тактильные игры** для общения с детьми:

Самый очевидный эффект от тактильных игр – психологический. Они помогают детям и родителям почувствовать эмоциональную и психологическую связь, взаимную поддержку. Ученые считают, что в этих эффектах замешан гормон любви и доверия — окситоцин.



1. Густой лес, чистое поле, Мама поглаживает волосы
ребёнка, лоб,
Два тополя, два окна, брови, область около глаз,
Две подушки, круговыми движениями гладит щёчки,
Римбубуля, гладит нос,
Лопотуля, указательным пальцем касается рта
Точка! и подбородка.



2. «Великолепная ласкательная машина»

Вся семья собирается, встаёт в тесный кружок, и один, может например, нежно поглаживать другого по спине, а третий почёсывать руку первому, и. т.д. Можно выразить своё удовольствие словами: «Ах! Как хорошо!», «Просто чудесно!». Можно также запустить «великолепную ласкательную машину» утром в родительской постели.



3. «Кто у меня на спине»

Ребёнок ложится на живот, можно попросить его закрыть глаза. Мама движением рук воспроизводит походку разных животных, например слона или кошки. Ребёнку нужно угадать, кто у него «пробежался» по спине. Ребёнку говорят: «Угадай, кто пробежался по спинке - слон или кошка».



4. «Рисование ладонями»

Мама говорит ребёнку, что сейчас она будет ладошками рисовать картину на его спине. Мама делает и говорит следующее: Море, море, море... (медленно поглаживает верхнюю часть спины ребёнка по направлению от позвоночника в стороны, делает это одновременно двумя руками), Рыбы, рыбы, рыбы... (быстрые и лёгкие прикосновения пальцев в том же направлении), Горы, горы, горы... (медленные прикосновения всей ладонью), Небо, небо, небо... (снова поглаживания). Затем мама и ребёнок меняются местами.



5. «Ласковый котик»

Ребёнок лежит на ковре как ему удобно. Мама берёт мягкую толстую пушистую кисточку, напевая любую нежную песенку, можно например на свободную тему «Какие прекрасные ручки, какие прекрасные любимые ножки.....», гладит ребенка кисточкой по голове, ручкам, ножкам, животу и т.д. Потом мама с ребёнком меняются местами.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И СЧАСТЛИВЫ !

