

Игры, создающие настроение

«Игры, создающие настроение» - это не просто игры, это способ жизни, при котором у Вас и у Ваших детей всегда хорошее настроение, в ваших отношениях царит взаимопонимание и гармония, а для обид и упрёков нет ни повода, ни времени.

Эти игры помогают детям быть чуткими, внимательными, справляться с раздражением и сомнениями в собственных силах, побороть грусть и хандру. Они воспитывают чувство сострадания и чувство единства с окружающим миром.

Кроме этого они помогают детям развиваться и легче осваивать новые навыки. Они учат общаться с людьми, понимать и обозначать свои чувства, желания, а значит, правильно ставить цели и достигать их.

Гонка на время

Если ребёнок что-то не делает, или делает очень медленно, подключите соревнование. «Посмотрим, сможешь ли ты одеться, пока я досчитаю до десяти». Внимание! Это не имеет ничего общего с угрозой: «Считаю до десяти, если не оденешься – пеняй на себя!». Это гонка на время! Эту игру можно использовать просто для развлечения: «Посмотрим, как быстро ты сможешь обежать вокруг качелей, дотронуться до того дерева и вернуться обратно. На старт, внимание, марш!»

Ищем новое

Эта игра интересна и полезна для любого возраста. Нужно внимательно посмотреть на предметы, окружающие вас на привычном маршруте, и постараться заметить что-то новое, на что раньше не обращали внимание. Кто больше?

Варианты игры:

- можно рассматривать в течение 1 минуты фотографию или картинку в журнале, стараясь запомнить как можно больше деталей. Затем закрыть картинку и назвать то, что запомнили;
- «предметом внимания» может быть журнальный столик, одна из стен квартиры, полка с игрушками, вид из окна...
- малышу можно положить на тарелку несколько предметов, пусть их назовёт, а затем накрыть тарелку и посмотреть, сможет ли он повторить.

Произвольный рисунок

Возьмите цветные мелки, бумагу. Включите спокойную музыку. Послушайте вместе с ребёнком какое-то время, а потом начинайте рисовать, не заглядывая на рисунок другого и не оценивая, что он делает. Позвольте Вашей руке двигаться свободно, пусть это будет абстрактный рисунок. Это проявление Ваших мечтаний.

Инвентаризация

Если Вы хотите, чтобы хороший день прошёл ещё лучше, посчитайте на пальцах вместе с ребёнком, сколько хороших вещей было в Вашей и в его жизни: я, ты, бабушка, уютный дом, плачущая ива рядом с домом, сосед, хороший сон, у кошки родились котята, вкусный завтрак.

Работай над собой

Добавляйте слово «пока» к любой негативной оценке, которую дети дают себе или другим людям. Чтобы ребёнок не разуверился в собственных силах, надо ему напомнить, что это временно, «пока»: «я не умею кататься на роликах...пока», «я не умею играть в футбол...пока», «я не умею плавать... пока», «я не стала известной кинозвездой...пока», «я не летал на Луну...пока».

Нарисуй меня, а я нарисую тебя

Сядьте друг напротив друга, положите доску или альбом себе на колени и начинайте рисовать:

- рисуйте, не глядя на бумагу: начните с одной точки и двигайте карандаш примерно так, как перемещается Ваш взгляд по лицу изображаемого человека;
- нарисуйте друг друга так, как будто вы деревья, или животные, или цветы, или птицы;
- нарисуйте друг друга такими, как есть.

У нас завёлся сварливый жук

Когда Ваш ребёнок раздражен и не перестаёт ворчать, определите в ком или в чём проблема. Это, должно быть, сварливый жук. Тщательно обыщите Вашего малыша на предмет наличия воображаемого сварливого жука. Проверьте в ушах. Посмотрите в подмышках. На рубашке. В карманах.

К тому времени, как Вы, поискав повсюду, поймаете и выбросите этого сварливого жука в окно, в комнате будет раздаваться довольное хихиканье.

Такая же история, как у меня

Когда ребёнок слышит историю о ком-то, находящемся в похожей ситуации (например: поступление в школу, потеря домашнего питомца или придирки старшего брата), ему легче справиться со своими переживаниями.

Вы всегда можете рассказать аналогичную историю, придумав её, как сказку на ночь. Пусть главный герой будет такого же возраста, как Ваш ребёнок. Дайте ему какое-нибудь имя, опишите его, что с ним происходит, что он чувствует. А так же – какие действия он предпринял, чтобы решить свою проблему.

Жди и считай

Если Ваш ребёнок злится, скажите ему, что через несколько минут всё пройдёт и предложите посчитать:

- сколько здесь деревьев?
- сколько окон в здании напротив?
- сколько здесь камней?
- сколько вещей в этой комнате начинается на букву «В»?

Варианты игры: посчитайте что-нибудь, что не находится в поле зрения ребёнка; предложите ему назвать своих двоюродных братьев и сестёр; пусть он перечислит цветы, которые знает; пусть назовёт свои любимые блюда.

Выбирайте такую игру, которая соответствует вашему настроению. Нам отпущено совсем немного времени, когда мы можем оказать влияние на наших детей. Используйте это время с удовольствием!